



# **mémento de secourisme pour plaisanciers**

# Les étapes de la Position Latérale de Sécurité PLS

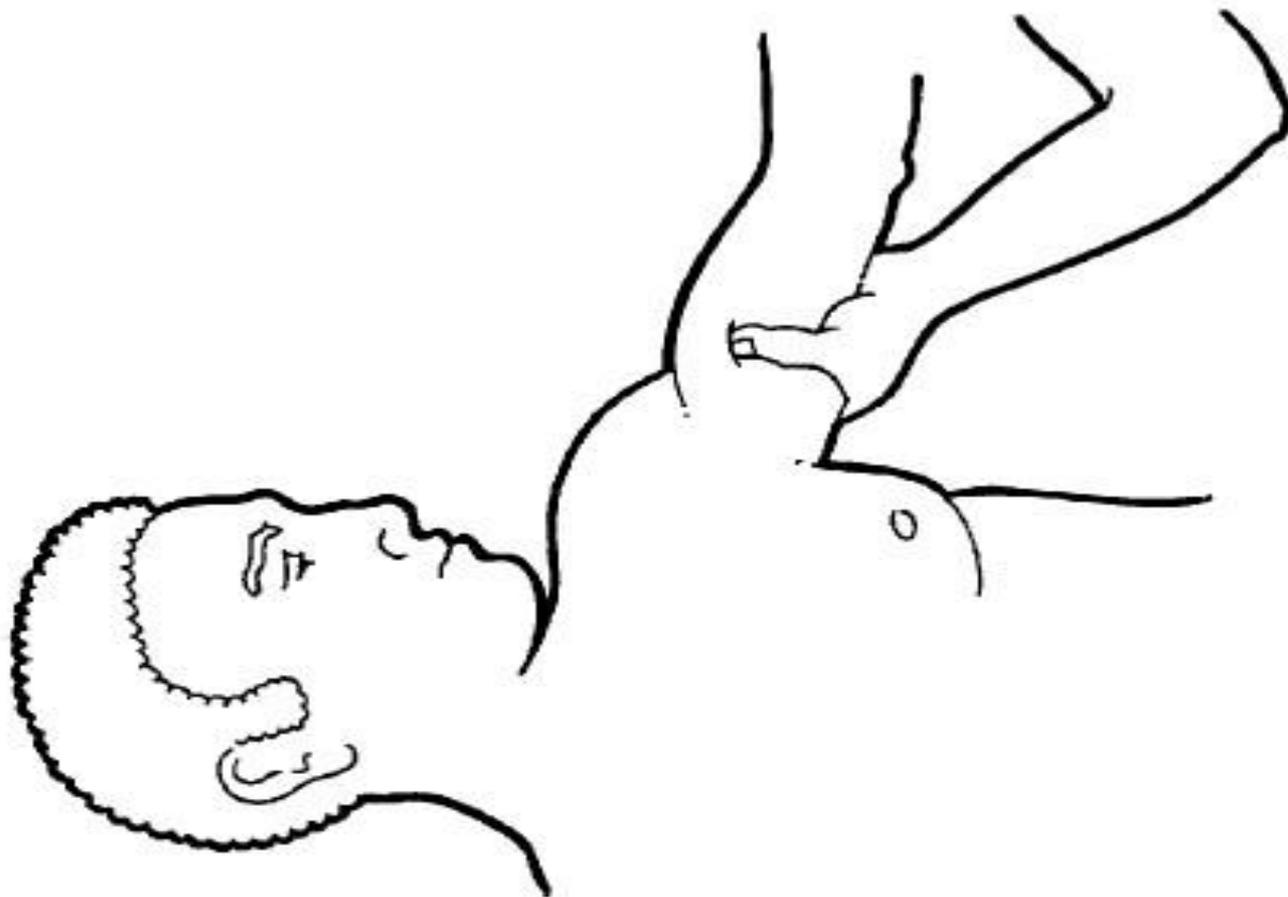




**C.H.U.T**



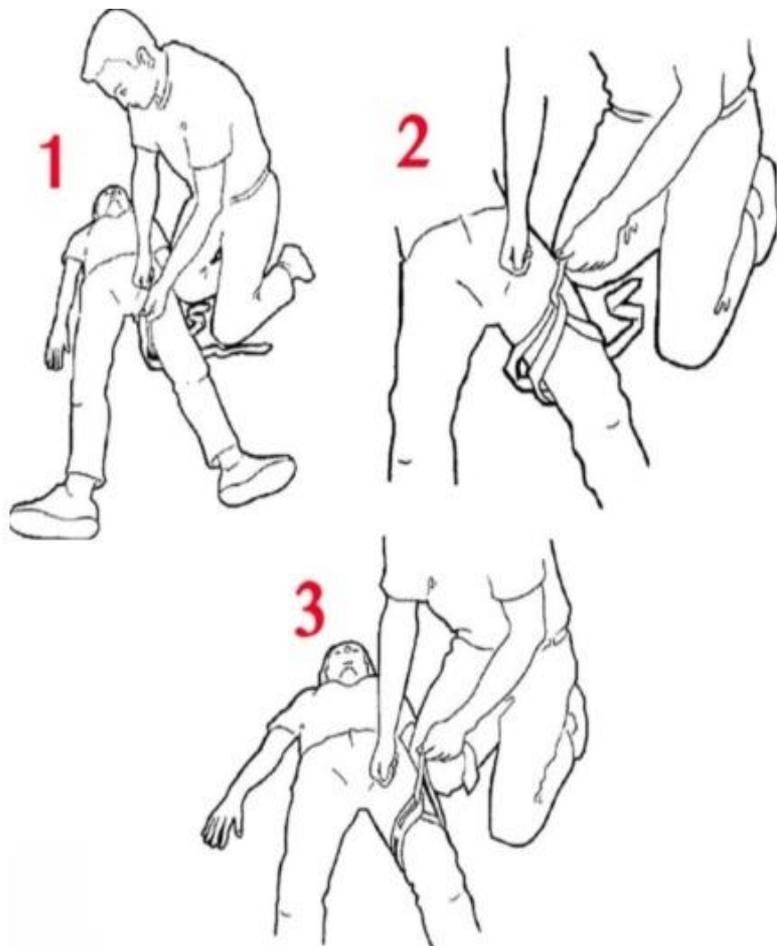
**Compression dans l'aïne, poing fermé**



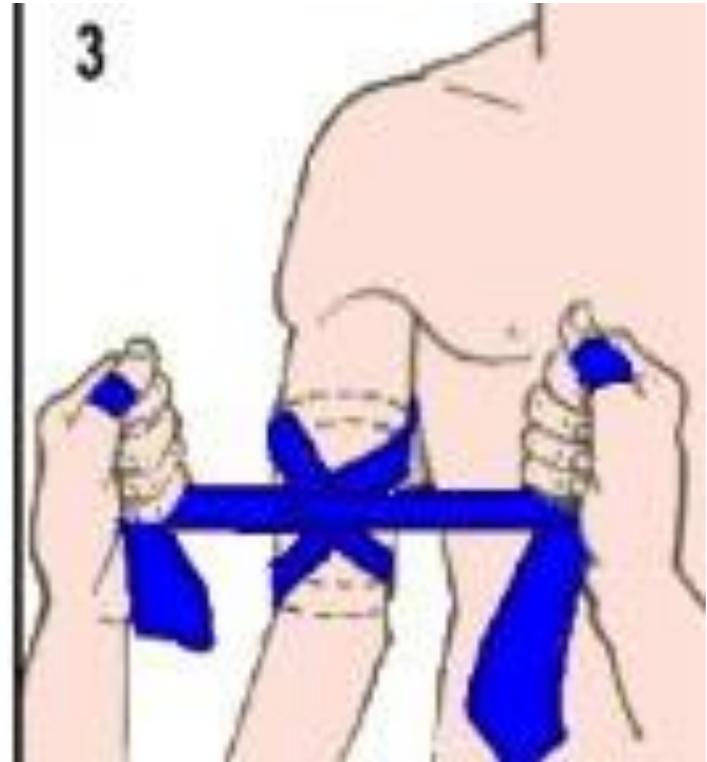
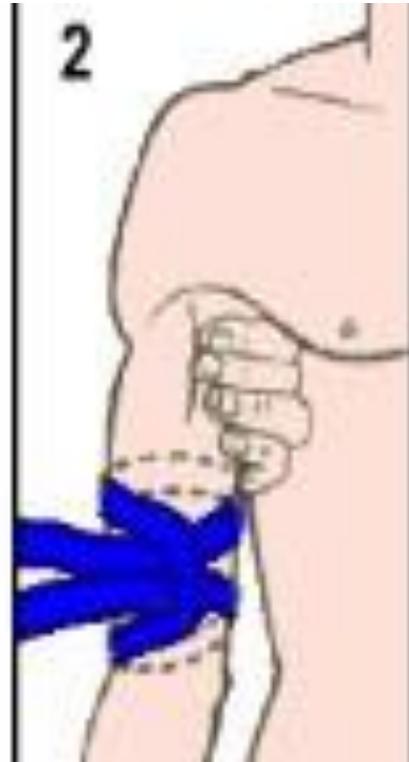
**Compression aisselle,  
pince entre aisselle et bras**

## **Pose garrot bras au dessus du coude**

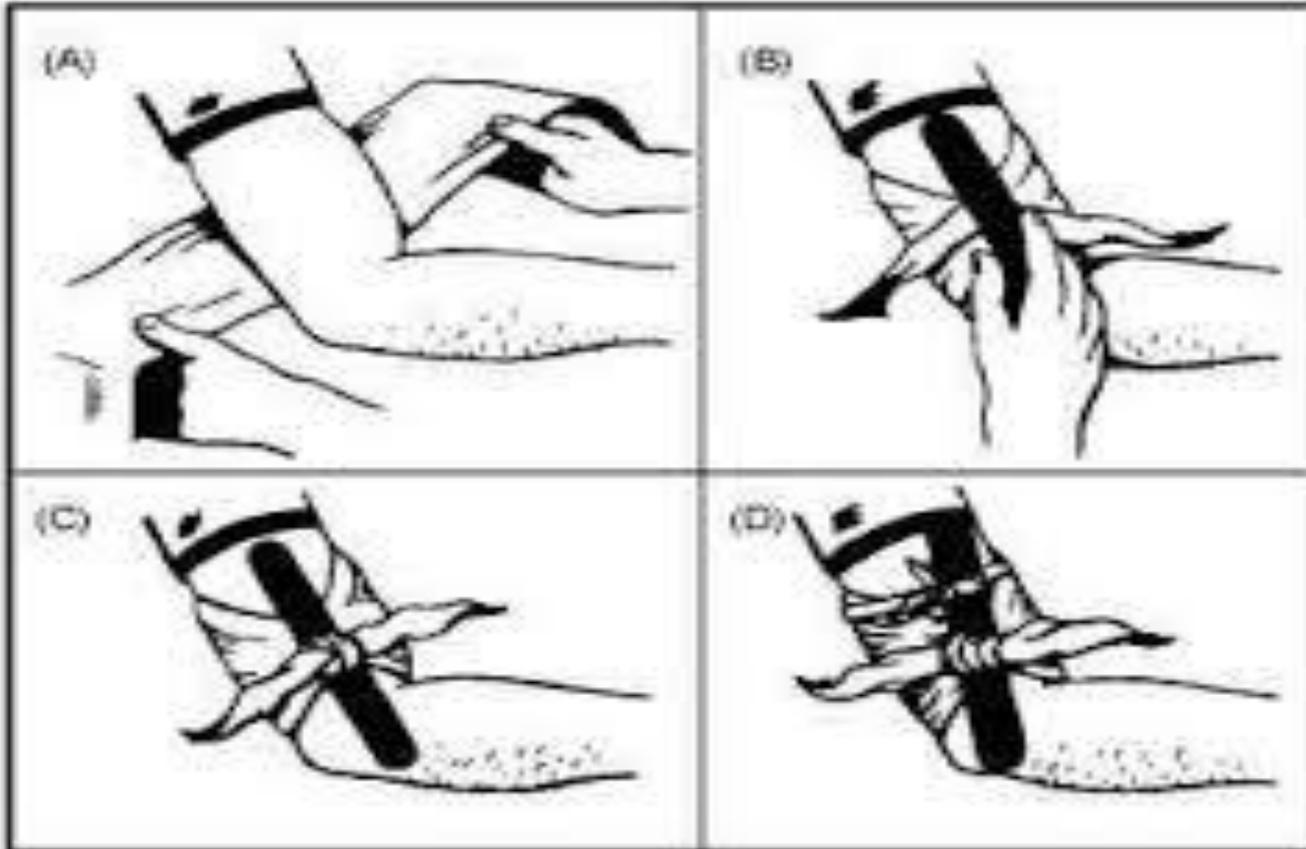




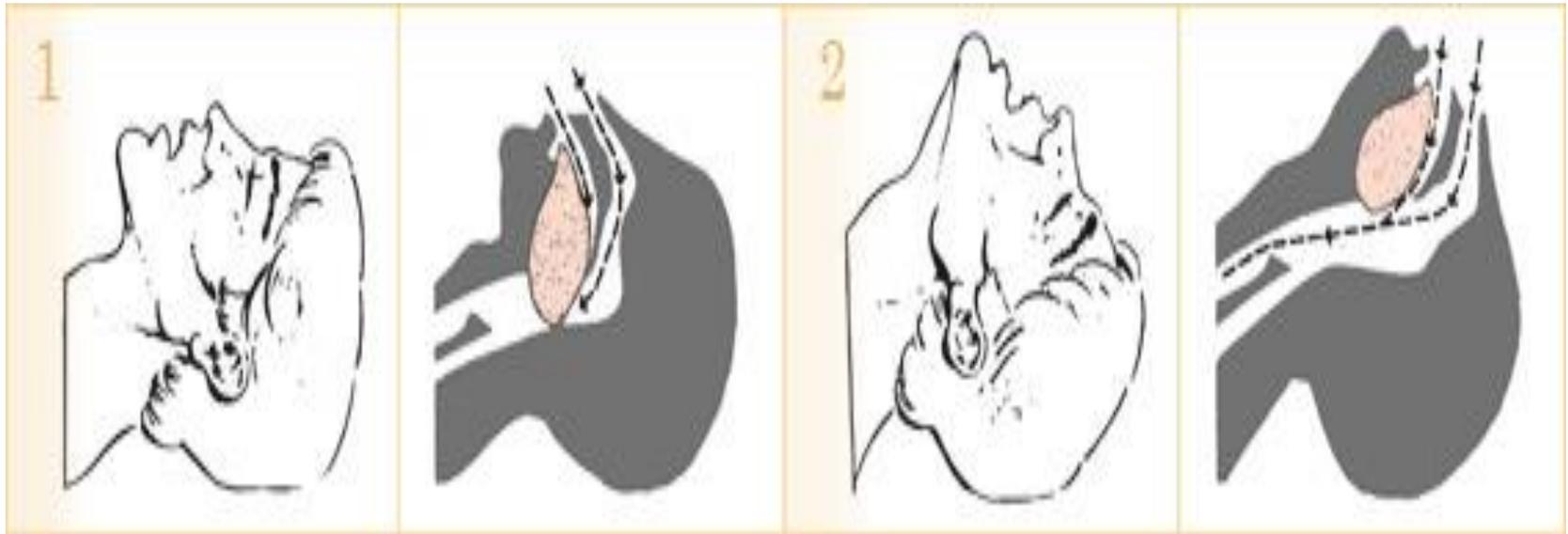
**Pose garrot jambe  
au dessus du genou**



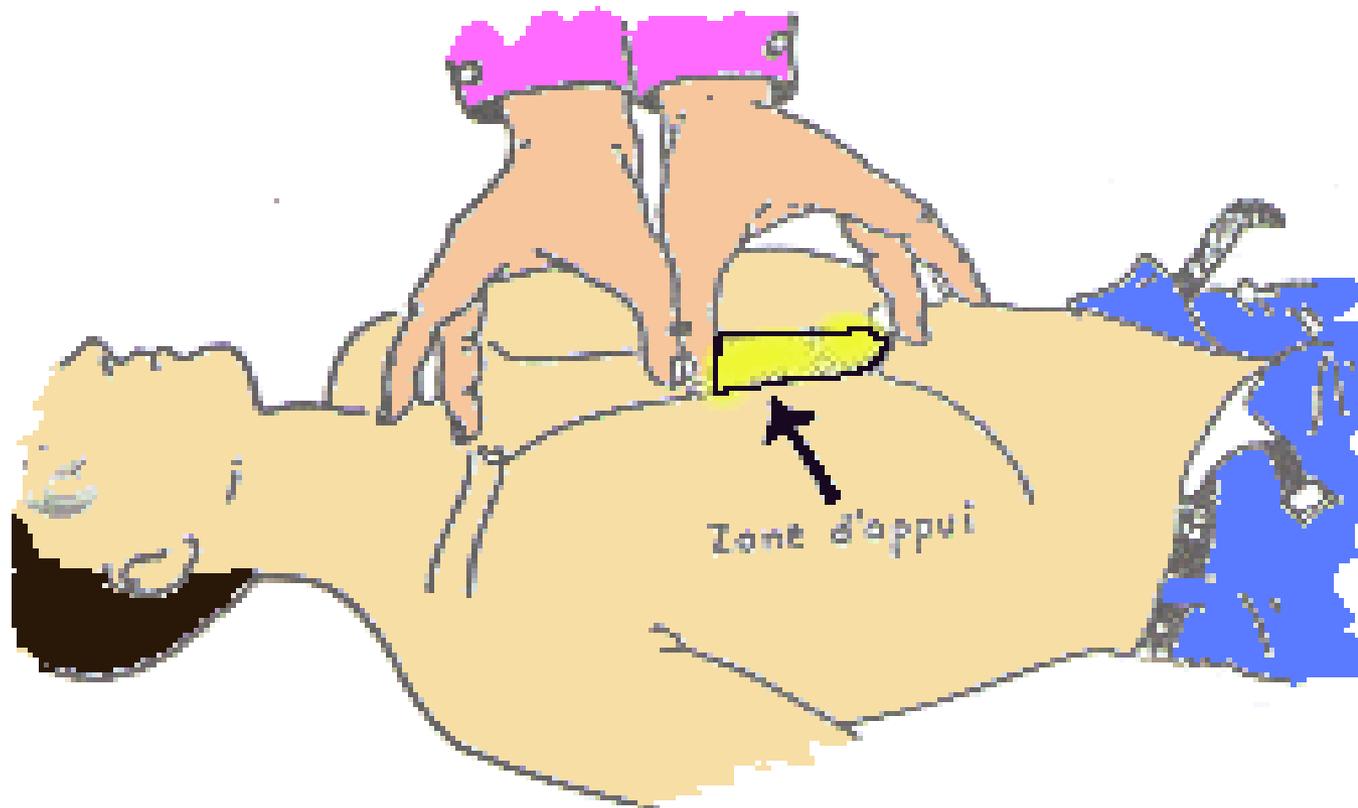
**Autre technique**



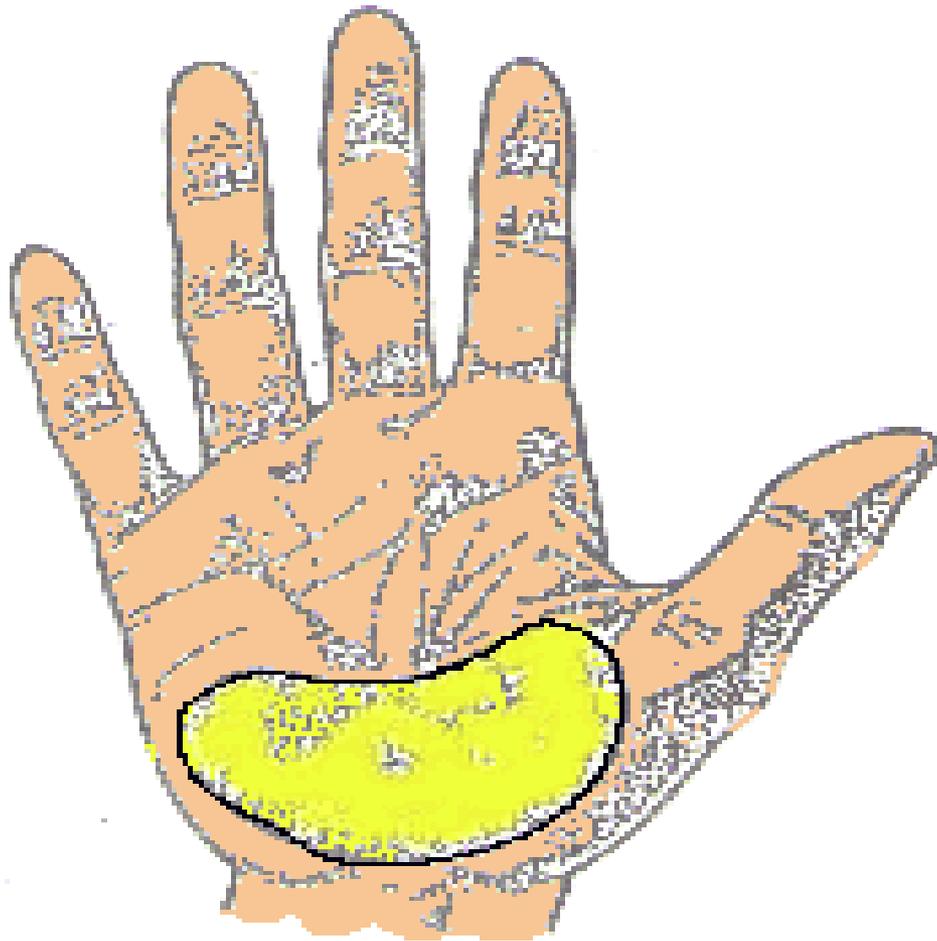
**Tourniquet**



**Libérer voies aériennes**  
**Tête mise en extension**  
**Pour dégager la langue**



**Repérer la moitié inférieure du Sternum**



Zone d'appui.

**Utiliser le talon  
de la main**



**Mains superposées**  
**Doigts en crochets**  
**Bras tendus**  
**Mouvement vertical**  
**Appui d'environ 5cm**

**100 à 120 fois/minute**  
**(et un, et deux, et trois....)**

# ARBRE DECISIONNEL

