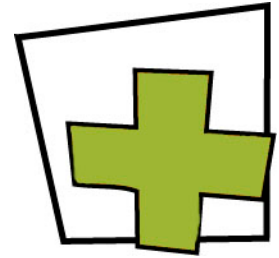
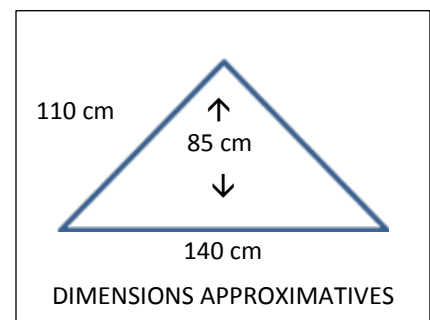


PREMIERS SOINS GÉNÉRAL



Voici la liste du matériel à amener pour le début du cours.

- ✓ **Manuel Canadien de premiers soins** (en vente à la piscine, vous pourrez l'acheter la journée même, il est inutile de vous déplacer avant la formation pour vous le procurer)
- ✓ **Papiers et crayons pour prendre des notes**
- ✓ **Masque de poche**
- ✓ **Gants** (4 paires si vous amenez des gants de premiers soins jetables OU une paire de « gants à vaisselle » que vous pourrez réutiliser indéfiniment)
- ✓ **Trousse de premiers soins maison** (n'achetez rien, utilisez ce que vous avez à la maison, vieux draps, serviettes, guenilles... Rangez le tout dans un contenant de plastique facile à transporter, puisque cette trousse vous servira aussi pour votre cours sauveteur national)
 - 2 rouleaux de gazes (10 cm X 100 cm)
 - 5 gazes carré (10 cm X 10 cm)
 - 2 atèles (40 à 60 cm)
 - Glace (ouate dans un petit sac en plastique)
 - 1 couverture (serviette de bain)
 - 1 bouteille d'eau vide (oxygène)
 - 3 bandages triangulaires



- ✓ **Amenez votre lunch et des collations**
- ✓ **Portez des vêtements et des souliers confortables que vous pourrez salir**