



# L'attitude qui sauve ?

Malgré toutes les préventions et la prudence,  
**un accident est toujours possible !**

Une conduite immédiate bien adaptée constitue  
la meilleure façon d'en limiter les conséquences.



Savoir sécuriser et donner l'alerte en cas d'accident sur la voie publique.



Savoir identifier les signes d'alerte d'un problème cardiaque.  
Il peut s'agir d'une douleur typique avec caractère angoissant, mais aussi de malaise, vomissements...



D'une manière générale, être attentif à toutes manifestations inhabituelles au cours ou après un effort.

## NOTRE CONSEIL

**Les premiers gestes de secours sont décisifs.** La formation de base au secourisme peut sauver des vies. Les Comités départementaux de cyclotourisme et les clubs FFCT organisent des formations adaptées (PSC 1) pour les licenciés !