

Guide des gestes à adopter en manif

■ Équipement de base

(R) Répréhensibles, (S) fréquemment saisis

- vêtements confortables pour marcher/courir ;
- papiers d'identité : ne vous aidera jamais de ne pas les avoir ;
- vos éventuels traitements (ainsi qu'une copie de l'ordonnance, en cas d'arrestation) ;
- portable (risque de pas pouvoir communiquer plus important que le risque judiciaire) ;
- eau, encas rapide ;
- nom/numéro d'avocat, à écrire sur la peau à un endroit caché ;
- serviettes hygiéniques (tampons trop dangereux sur une longue durée)
- **(R,S)** masque hermétique (éviter les lunettes de piscine, dangereux en cas de choc) ;
- **(R,S)** masque de chantier anti-chimique, type FFP2/FFP3 (les masques chirurgicaux sont inutiles) ;
- **(S)** sérum phy (pour les yeux) ;
- **(S)** maalox (peau/bouche/nez, pas pour les yeux) ;

■ Équipement de soins

► Équipement de premiers secours

- compresses absorbantes ;
- Pansements adhésifs ;
- Désinfectant (type chlorhexidine, éviter les solutions iodées comme la bétadine, pour de multiples raisons) ;
- Gants stériles, si possible sans latex : idéalement les stocker par pair dans des boîtes de film argentique/œufs surprises.

► Équipement additionnels

Ne pas faire de geste médical si vous avez pas les compétences. Se référer à la brochure dans "Informations utiles" pour connaître les gestes.

- Rouleau de scotch médical ;
- Serviettes antiseptiques ;
- Désinfectant ;
- Couverture de survie (côté doré vers l'extérieur pour choc) ;
- Compresse froide ;
- **(R,S)** Ciseaux ;
- Rouleaux de bandage de différentes tailles ;
- Compresses stériles non tissées de différentes tailles ;
- Bandages triangulaires ;
- Pince à épiler ;
- Épingle à nourrice ;
- Poche de glace jetable/bombe de froid ;
- Savon ;
- Lampe torche et piles de rechange ;
- Stylo (pour noter l'heure d'application sur un garrot par exemple).

■ Comportement

► Avant la manif

- Se renseigner sur les rassemblements déclarés pour connaître les risques ;
- trouver un binôme ;
- manger et s'hydrater ;
- Si grand risque d'interpellation, prévenir un proche de sa présence en manif et lui donner

une pochette de représentation (contrat de travail, attestation de logement, etc) et l'avocat choisi ;

- Ne pas appliquer de la vaseline, crèmes huileuses, ou maquillages, elles retiennent les produits chimiques ;
- Ne pas porter des lentilles de contact, risquent de retenir les produits chimiques ;
- Ne pas porter des choses pouvant être facilement attrapées: boucles d'oreilles, cheveux relâchés ;

► Pendant la manif

- Rester à l'écoute de votre environnement et des gens, rester en groupe ;
- Ne pas paniquer : l'arme première des forces de l'ordre est la peur ;
- Ne pas paniquer en cas de lacrymo : courir ne vous fera qu'avaler plus de gaz. Se rappeler que les effets sont temporaires. Ne surtout pas se frotter ses yeux.
- Ne pas prendre les grenades à la main (surtout si non explosées) ;
- Ne pas paniquer lors d'une charge : les unités de gestion de foule (CRS, GM et CSI, généralement en armure complète) chargent rarement sur plus de 70m (contrairement à la BAC, en jean) ;
- En cas de blessés, chercher/appeler des médecins : éloigner la victime du danger si possible ;
- arriver et repartir avec son binôme.

► Après la manif

- Se détendre pour compartimentaliser : une manifestation est une période éprouvante : cela peut provoquer des trauma sur le long terme si mal géré.
- en discuter avec d'autres si besoin

► En Garde à Vue

- demander un avocat et si besoin un médecin : c'est votre droit ;
- décliner son identité, seule information obligatoire ;
- Dans la mesure du possible dire ne "rien avoir à déclarer" (ne peut être retenu contre vous) ;
- refuser la comparution immédiate, sans exception. Cela se retournera toujours contre vous.

■ Informations utiles

- Les armes policières : <https://frama.link/arme-police>
- Conseils juridiques : <https://frama.link/conseils-juridiques>
- Brochure street-médic : <https://frama.link/brochure-medic>
- Numéro des pompiers : **18**
- Numéro du SAMU : **15**
- Secours général : **112**
- Secours général pour les personnes sourdes et malentendantes : **114**
- Aide légale lyonnaise (Caisse de Solidarité) : **06 43 08 50 32**
- Comité de liaison contre les violences policières de Lyon : surveillonsles@riseup.net

■ Dans les gaz lacrymogènes

Si vous vous retrouvez dans des gaz lacrymogènes, la première chose à faire est de **ne pas paniquer** (c'est le plus dur) : rappelez vous que **la situation est temporaire**. Si vous avez des protections, **protégez vous en priorité les yeux**, afin de pouvoir vous repérer. Faites une bulle d'air dans votre veste ou votre pull si vous n'avez pas de masque. Faites de petites respirations tous les dix secondes : attention si vous bloquez votre respirations à ne pas vous mettre en état de panique. **Regardez le sens du vent** et les positions des forces de l'ordre les plus proches ; à défaut de pouvoir le faire, il suffit en général de se décaler d'une dizaine de mètres pour sortir de la zone de gaz la plus dense. Agitez un bras afin de signaler que vous êtes en difficulté ou désorienté-es. **Ne vous baissez pas**, le gaz tend à descendre vers le sol (en ce sens, attention aux enfants).

Si vous n'êtes pas trop en difficulté, **aidez** ceux qui le sont : tapotez sur l'épaule de la personne pour lui signaler que vous êtes une aide et non un flic.

Invitez les gens à ne pas courir et à sortir en trottinant calmement pour éviter les mouvements de foule.

■ En cas d'arrestation

Si vous voyez une personne se faire arrêter, **filmer et incitez les gens à filmer** (pour éviter d'être une cible unique). **Évitez les slogans anti-flics** à ce moment pour ne pas empirer la situation. Chantez le **nom d'un-e avocat**, ou à défaut "je n'ai rien à déclarer". **Écoutez** si la personne crie un nom (le sien, un proche ou d'un avocat). Le cas échéant, le lui demander en slogans. Une fois l'arrestation passée, **cherchez les proches** de la personne et contactez **l'aide légale** locale (à Lyon, la caisse de solidarité).

Si vous êtes arrêté-es, **ne surtout pas résister** pour éviter de prendre un outrage et rébellion. **Écoutez** vos camarades autour pour toute info utile. Appliquer ensuite les conseils "En garde à vue".

► Gestion d'une personne blessée

Dans le doute, appeler le 15 immédiatement : mieux vaut appeler pour rien que trop tard, les standardistes sont généralement compréhensifs-ves.

Vous pouvez effectuer les premiers secours (massage cardiaque, PLS, désinfection rapide, point de compression, etc) sans risque de poursuite : les gestes médicaux (couture, retrait d'éclats etc) sont en revanche fortement déconseillés. **Ne donnez pas de médicaments.**

► Premier contact

Canalisez la foule en parlant fermement mais calmement et en **assignant des postes** aux personnes les plus alertes : utilisez des identificateurs et indications claires comme "vous avec le t-shirt rouge, appelez le 15" pour éviter l'effet du témoin (tétanie de groupe). Les **tâches prioritaires** (variable selon la situation) sont : former un périmètre de sécurité si la zone est dangereuse, trouver des médecins, surveiller les alentours, appeler les secours, calmer les gens (notamment les slogans, pour éviter d'attirer plus l'attention).

Empêchez les photos en demandant "respectez la vie privée de la victime, sa sécurité passe avant tout, merci". La personne la plus compétente se charge des soins (attention à ne pas partir dans une guerre d'égos, ce n'est pas le moment), une autre de **l'aspect psychologique** (qui est primordial dans ce genre de situations) : présentez vous en parlant calmement, essayez de **trouver une de ses connaissances**. Demandez aux personnes les plus calmes autour de vous d'expliquer ce qu'il s'est passé pour pouvoir passer les bonnes informations aux secours.

► Prise en charge : la méthode ABC

Air : vérifiez que la personne respire correctement : si elle est inconsciente, posez votre oreille (ou une vitre comme un smartphone) devant sa bouche et son nez, et votre main juste au dessus de son abdomen : vérifiez la présence de mouvement respiratoire et de buée. Si la respiration est partielle, ce n'est pas une priorité. Si la personne ne respire pas, basculez (si possible) sa tête en arrière en levant doucement le menton pour faire pivoter la tête et aligner les voies respiratoires et vérifier qu'il n'y a pas de corps étranger. Si oui, faire la manœuvre de Heimlich (si possible encore une fois). Sinon, effectuez un **massage cardiaque** : mains jointes, coudes droits, en utilisant le poids du corps à la vertical à un rythme de 100 fois par minutes (se rappeler du rythme de Staying alive) : allez-y fermement, un massage cardiaque correctement effectué peut potentiellement casser des côtes. Le bouche à bouche ne fait plus parti des protocoles.

Blessure : vérifiez que la personne ne souffre pas d'hémorragie grave : à savoir, la tête et le visage tendant à saigner beaucoup de manière plus impressionnante que graves. S'il y a une hémorragie au niveau d'un membre ou du thorax, faire un **point de compression** (surtout pas de garrot, cela est dangereux si mal fait), idéalement avec un tissu stérile non tissé et des gants (sinon penser à se laver les mains après). S'il y a un corps étranger (comme un éclat), ne surtout pas le retirer et faire un donut (compresse autour) et faire pression sans le toucher.

Conscience : vérifiez que la personne est consciente : si elle ne semble pas bouger, lui tenir les mains (si non-blessées) en répétant plusieurs fois (est-ce que tu m'entends, Si tu m'entends sers mes mains). Si la personne est consciente, **vérifiez qu'elle se souvient** de ce qu'il s'est passé : une amnésie passagère peut indiquer un trauma.

Médic'Action, collectif street-médic lyonnais. Questions ou corrections : medicaction@riseup.net, twitter.com/medicaction & facebook.com/medicactionlyon