



# FORMATION CONTINUE PREMIERS SECOURS CITOYEN - PSC -



## 1 - Public

Toute personne volontaire pour porter secours dans la vie.

## 2 - Prérequis

Age minimum de 10 ans.  
Etre titulaire du PSC

## 3 - Recommandation

Le certificat de compétences PSC n'est pas soumis à une obligation de recyclage. Nous préconisons néanmoins de suivre une formation continue tous les 3 ans.

## 3 - Encadrement

Formateurs certifiés Premiers Secours à jour de formation continue.

## 4 - Durée

La formation continue PSC s'étale sur 4 h de face à face pédagogique.

## 5 - Entrée en formation

Ne peut se faire qu'après réception du dossier d'inscription et règlement de la formation.

## 6 - Modalités d'évaluation

A la fin de la formation, chaque participant est évalué sur un atelier suivis. Il réalise les gestes de premiers secours et participe aux cas concrets.

### Validation des candidats :

- Avoir suivi l'ensemble de la formation
- Participer à un cas concret à minima en tant que sauveteur.

## 7 - Personne en situation de handicap

Nous consulter.

## 8 - Tarif

Individuel : 50€  
Financement OPCO individuel : 60€  
Financement OPCO entreprise : 70€  
Groupe : nous consulter

**4 h**

## Objectifs de la formation

Cette formation a pour objectif de maintenir les capacités nécessaires pour concourir par son comportement à la sécurité civile en exécutant les gestes de premiers secours destinés à protéger la victime et les témoins, d'alerter les secours d'urgence, d'empêcher l'aggravation de l'état d'une victime et de préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

## Compétences attestées

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable :

- d'assurer une protection immédiate, adaptée et permanente pour soi-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants,
- d'assurer la transmission de l'alerte au service le plus adapté,
- de réaliser immédiatement les 1<sup>ers</sup> gestes de secours face à une personne :
- Victime d'une obstruction des voies aériennes
- Victime d'un saignement abondant
- Inconsciente qui respire
- En arrêt cardiaque
- Victime d'un malaise
- Victime d'un traumatisme

## Méthodes pédagogiques

Le déroulement de la formation alterne les parties théoriques et pratiques.

- Activité de découverte (études de cas / exposé interactif)
- Activité d'apprentissage (démonstration en temps réel puis commentée et justifiée / apprentissage des gestes en binôme)
- Activité d'application (exercices de simulation / cas concrets)



Association de Saint-Herblain – Secouristes de la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme44

Association loi 1901 - Affiliée à la FFSS - reconnue d'utilité publique

Siège : CSC du Sillon, 12 bis Boulevard des Thébaudières, 44800 Saint Herblain

sffss44@gmail.com - 06 28 72 80 08 - 06 36 77 57 81 - www.secouristes-saint-herblain.com

Siret n° 350 132 163 00030 - Numéro de déclaration d'activité : 52 44 06417 44 enregistré auprès de la préfecture de Loire Atlantique. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.





# FORMATION CONTINUE PREMIERS SECOURS CITOYEN - PSC -



Les formations au secours grand public permettent à n'importe quelle personne de s'initier ou de se former en vue de l'obtention d'un diplôme en premiers secours afin de devenir un citoyen sauveteur. Le diplôme de Citoyen Sauveteur (PSC) permet, à partir de l'âge de 10 ans, d'apprendre à se protéger, alerter et secourir face à une situation de détresse vitale ou un accident de la vie courante.

## Description

L'unité d'enseignement permet aux apprenants d'acquérir les compétences suivantes :

- ➔ Pouvoir exécuter une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours.
- ➔ Organiser une protection pour éviter le sur-accident.
- ➔ Etablir un premier bilan de l'état de la victime et de ses fonctions vitales.
- ➔ Transmettre une alerte aux services de secours.
- ➔ Être en mesure d'éviter l'aggravation de l'état de la victime en pratiquant les gestes appropriés, face à une pluralité de situations.

## Contenu pédagogique

- ➔ Protection : Dans cette première partie, le stagiaire doit apprendre à se protéger lui-même contre un danger, puis à protéger les autres personnes qui pourraient y être exposées.
- ➔ Alerter les secours : Le stagiaire apprend à choisir le service d'urgence à contacter en fonction de la situation et à lui transmettre efficacement un message complet.
- ➔ Étouffement : Le stagiaire apprend à identifier l'étouffement et à réaliser les gestes appropriés.
- ➔ Hémorragie : Une fois le saignement abondant identifié, les techniques enseignées pour l'arrêter sont l'appui manuel direct sur la plaie et le pansement compressif.
- ➔ Victime inconsciente qui respire : Le stagiaire doit savoir reconnaître l'inconscience et la respiration, puis placer la victime en position latérale de sécurité.
- ➔ Victime en arrêt cardio-respiratoire : Si le sauveteur détermine que la victime inconsciente ne respire pas, il doit effectuer une réanimation cardio-pulmonaire en utilisant, si possible, un défibrillateur automatisé externe.
- ➔ Les malaises : Dans le cas où la victime se plaint d'un malaise, le sauveteur doit l'interroger pour réaliser un bilan et le transmettre au SAMU.
- ➔ Les traumatismes : Le sauveteur confronté à une victime consciente qui présente un traumatisme doit effectuer le geste approprié pour éviter une aggravation : installation dans la position d'attente appropriée dans le cas d'une plaie grave, arroser une brûlure, immobiliser la victime en cas de suspicion d'atteinte à un os ou une articulation.
- ➔ La brûlure : Le stagiaire apprend les gestes de secours pour stopper la progression de la brûlure.



**Association de Saint-Herblain – Secouristes de la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme44**

Association loi 1901 - Affiliée à la FFSS - reconnue d'utilité publique

Siège : CSC du Sillon, 12 bis Boulevard des Thébaudières, 44800 Saint Herblain

sffss44@gmail.com - 06 28 72 80 08 - 06 36 77 57 81 - www.secouristes-saint-herblain.com

Siret n° 350 132 163 00030 - Numéro de déclaration d'activité : 52 44 06417 44 enregistré auprès de la préfecture de Loire Atlantique. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

