

# Formation Prévention et Secours Civiques de niveau 1



**Durée** : 7h

**Participants** : 4 à 10 personnes

**Public visé** : Tout public à partir de 10 ans

**Lieu** : Dans vos locaux

**Prérequis** : Aucun

**Modalité de formation** : Présentiel

**Tarif** : Dégressif selon nombre de participants

**Accessibilité aux Personnes en situation de handicap** : Nous consulter

**Formateur** : Titulaire du certificat de formateur

## Objectifs de la formation :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Protéger la victime et éviter le sur-accident.
- Alerter les secours de manière efficace.
- Porter secours en effectuant les gestes de premiers secours adaptés à la situation :
  - Porter assistance en cas d'étouffement.
  - Stopper une hémorragie.
  - Placer une victime en Position Latérale de Sécurité (PLS).
  - Réaliser une Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP) avec l'utilisation d'un Défibrillateur Automatisé Externe (DAE).
  - Prendre en charge les malaises et les traumatismes courants (fractures, brûlures, etc.).

## Contenu pédagogique :

### 1. La protection

- Reconnaître les dangers pour soi-même et pour la victime.
- Protéger la victime et les témoins en sécurisant le lieu de l'accident.
- Éviter le sur-accident.

### 2. L'alerte

- Savoir alerter les secours de manière efficace (numéros d'urgence, informations à donner).
- Transmettre les informations essentielles pour une prise en charge rapide de la victime.

### 3. La victime s'étouffe

- Identifier une obstruction partielle ou totale des voies respiratoires.
- Effectuer les gestes adaptés : claques dans le dos, compressions abdominales (Heimlich).

### 4. La victime saigne abondamment

- Appliquer une compression locale pour stopper une hémorragie.
- Poser un pansement compressif.
- Savoir utiliser un garrot si nécessaire.

### 5. La victime est inconsciente mais respire

- Placer la victime en Position Latérale de Sécurité (PLS).
- Surveiller la respiration de la victime jusqu'à l'arrivée des secours.

### 6. La victime est inconsciente et ne respire pas

- Reconnaître un arrêt cardiaque.
- Pratiquer la Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP).
- Utiliser un Défibrillateur Automatisé Externe (DAE).

### 7. La victime se plaint d'un malaise

- Identifier les signes d'un malaise (infarctus, AVC, etc.).
- Assurer une surveillance en attendant l'arrivée des secours.

### 8. La victime se plaint après un traumatisme

- Comprendre les différentes blessures et les traumatismes (entorses, fractures, brûlures).
- Appliquer les premiers soins en fonction des symptômes.

### Méthodes pédagogiques :

- Alternance entre **apports théoriques** et **misés en situation pratiques** avec des cas concrets.
- Utilisation de matériel pédagogique (mannequins pour RCP, défibrillateurs d'entraînement, bandages, etc.).
- Simulations d'accidents pour évaluer la réactivité des participants.

### Évaluation et certification :

- **Évaluation continue** tout au long de la formation à travers des exercices pratiques.
- Remise d'un **certificat de compétences PSC1** à chaque participant à la fin de la formation, attestant leur capacité à porter secours dans les situations d'urgence.