

## FORMATION PSC

Premiers Secours Citoyen

### Public concerné

Tout public âgé de 10 ans minimum

**Pré-requis** : Aucun

### Renseignements pratiques

**Durée** : 7 heures (1 journée)

**Participants** : 6 à 10 stagiaires

**Attestation** : Certificat de compétences PSC

**Actualisation** : conseillée tous les 3 ans

### Moyens pédagogiques

**Matériel** : Vidéoprojecteur, défibrillateur, valise pédagogique et mannequins (adulte, enfant, nourrisson), salle spacieuse, chaises...

**Intervenant** : 1 formateur PSC, PSE ou SST à jour de sa formation continue

**Evaluation** : Certificative

**Validation** : Participer à toute la formation, réaliser tous les gestes de secours lors de l'apprentissage et participer au moins une fois comme sauveteur à un cas concret.

### Planification

**Intra-entreprise** : Aux dates que vous souhaitez, dans vos locaux (prévoir une salle spacieuse pour les exercices pratiques)

**Inter-entreprises** : Dates consultables sur notre site internet : [www.udsp41.fr](http://www.udsp41.fr)

**Grand public** : Dates consultables sur notre site internet : [www.udsp41.fr](http://www.udsp41.fr)

### Documentation

Chaque participant reçoit :

- 1 livret PSC

### Renseignements

**Union Départementale des Sapeurs-Pompiers de Loir-et-Cher**

7 rue André Boule – 41000 BLOIS

Tél : 02 46 92 96 90 - internet : [www.udsp41.fr](http://www.udsp41.fr)

**N° agrément FNSPF** : PSC1-1101P75 – PSE1-1808A14

Organisme de formation enregistré auprès du Préfet de la Région Centre sous

le numéro : 24 41 01419 41

Ne vaut pas agrément de l'Etat

**V.3 – JANVIER 2026**

### Objectifs

Acquérir les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours.

### Déroulé pédagogique

**Accueil et présentation** du formateur et du programme de la formation

#### LA PROTECTION - L'ALERTE

- Identifier un danger contrôlable ou non-contrôlable
- Assurer une protection immédiate, adaptée et permanente
- Assurer la transmission d'un message d'alerte au service le plus adapté
- Identifier un signal d'alerte des populations et les mesures de protection

#### LES MALAISES

- Observer et interroger une personne victime d'un malaise
- Mettre la victime au repos et recourir à un avis médical si nécessaire

#### PERTE DE CONNAISSANCE

- Apprécier l'état de conscience et la respiration d'une victime
- Maintenir libres les voies aériennes d'une victime inconsciente qui respire

#### ARRÊT CARDIAQUE

- Prendre en charge une personne de tout âge en arrêt cardiaque
- Alerter et réaliser une Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP) précoce
- Assurer la mise en œuvre d'une défibrillation précoce associée à la RCP

#### OBSTRUCTION DES VOIES AERIENNES

- Identifier l'obstruction des voies aériennes totale ou partielle
- Réaliser les techniques de désobstruction chez l'adulte, l'enfant et le bébé
- Agir face à une obstruction partielle des voies aériennes

#### TRAUMATISMES - BRÛLURES - PLAIES - HEMORRAGIES

- Conseiller fermement à une personne présentant un traumatisme de ne pas mobiliser la partie atteinte
- Identifier la gravité et la nature d'une brûlure afin d'adopter la conduite à tenir adaptée
- Identifier la gravité et la localisation d'une plaie pour installer la victime dans une position d'attente adaptée
- Arrêter ou limiter une perte de sang en réalisant les gestes de secours adaptés

**Réponses aux questions, clôture formation**

