

Fédération Française
Sauvetage Secourisme



www.ffss.fr

FORMATION PSC 1
FFSS 73 – CHAMBERY

SOMMAIRE

1. Dossier Administratif :

- Fiche Produit
- Fiche d'inscription

2. Objectifs Pédagogiques :

- Parcours de la Formation
- Planning + compétences

Le PSC1 (Prévention et Secours Civiques de Niveau 1)

L'unité d'enseignement « Prévention et Secours Civiques de Niveau 1 » a pour objectif de faire acquérir à toute personne les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes de premiers secours, conformément aux dispositions en vigueur.

➤ **OBJECTIFS DE FORMATION**

- > être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à personne en danger en réalisant les gestes élémentaires de secours ;
- > assurer une protection immédiate, adaptée et permanente pour soi-même, la victime et les autres personnes, des dangers environnants ;
- > assurer la transmission de l'alerte au service le plus adapté ;
- > réaliser immédiatement les premiers gestes de secours face à une personne :
 - victime d'obstruction des voies aériennes ;
 - victime d'un saignement abondant ;
 - inconsciente qui respire ;
 - en arrêt cardiaque ;
 - victime d'un malaise ;
 - victime d'un traumatisme.

➤ **CONTENU DE FORMATION**

- **LA PROTECTION**
Les dégagements d'urgence
Le signal d'alerte aux populations
- **L'ALERTE**
- **LA VICTIME S'ÉTOUFFE**
La désobstruction des VA (Voies Aériennes) chez l'adulte
La désobstruction des VA chez le nourrisson
Obstruction partielle des voies aériennes
- **LA VICTIME SAIGNE ABONDAMMENT**
La compression locale
Le saignement par la bouche, le nez ou autre
- **LA VICTIME EST INCONSCIENTE**
La position latérale de sécurité
- **LA VICTIME NE RESPIRE PAS**
La RCP (Réanimation Cardio-Pulmonaire) et l'utilisation du DAE (Défibrillateur Automatisé)

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>



www.ffss.fr

Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme

Comité départemental de la Savoie



Association Agréée de
Sécurité Civile

Externe) chez l'adulte
La RCP chez l'enfant et le nourrisson

- **LA VICTIME SE PLAINT D'UN MALAISE**
Le malaise

- **LA VICTIME SE PLAINT APRES UN TRAUMATISME**
La plaie grave
La plaie simple
La brûlure
Les brûlures particulières
Le traumatisme du dos, du cou et/ou de la tête
Le traumatisme de membre

➤ ADMINISTRATIF

- Inscription sur formationffss73@gmail.com
- Public concerné : tout public.
- Prérequis : le PSC1 est accessible à toute personne âgée au minimum de 10 ans.
- Construction tarifaire : Le prix de la formation est fixé à 60€, prix public.
Tarif de groupe, nous contacter.
La Formation Continue du PSC1 est fixée à 40€.
- Frais de certification : inclus dans les frais pédagogiques.
- Déroulement de la formation : une journée ou sous forme de stage à la semaine.
- Formation présentielle uniquement.
- Durée : 7 heures minimum.
- Rythme de la formation : en journée, semaine ou week-end.
- Modalités d'évaluation : évaluation formative.
- Modalités d'entrée ou de sortie : à date fixe.
- Délais d'accès à la formation : à réception des documents demandés et du paiement de la formation.
- Modalités pédagogiques et accessibilité adaptées aux personnes en situation de handicap : dépend du lieu de formation.
- Services annexes : - Restauration : micro-ondes – réfrigérateurs.
- Hébergement : hôtels à proximité.
- Transport : arrêt de bus à proximité + parking gratuit.
- Documents remis en fin de stage : attestation de participation et facture sur demande. Le certificat de compétences (diplôme) est envoyé par mail.
- Poursuite après le diplôme : - intégration d'une association agréée de Sécurité Civile.
- Possibilité de passer le PSE 1.
- Formation continue recommandée tous les 2 ans.
- Frais additionnels : repas à la charge du stagiaire.
- Lieux de formation : Canal des Arts – CDOS – Château du Forezan (établissements classés ERP)

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>

FICHE D'INSCRIPTION FORMATION PSC 1

NOM : **PRÉNOM :**

Né(e) le : à Département :

Scolarité ou profession :

Adresse : Bât Étage

Code Postal : Ville :

Téléphone(s) : Portable Domicile

Courriel :@.....

Date de la formation :

Documents à fournir :

- Cette fiche de renseignements
- Une photocopie de la pièce d'identité
- Le règlement par chèque, espèces ou carte bancaire en suivant le lien ci-après :
<https://www.helloasso.com/associations/ffss-73/evenements/psc-1-prevention-et-secours-civiques-1>

Frais pédagogiques :

<input type="checkbox"/>	Prévention et secours civiques de niveau 1 – PSC 1	60 €
--------------------------	--	------

Le dossier est à renvoyer par mail à formationffss73@gmail.com
ou à l'adresse suivante :

Maison des Sports - CDOS - CD de la FFSS 73
90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

PARCOURS DE LA FORMATION

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>

Déroulement de la journée :

1. Présentation des objectifs et compétences à atteindre
2. Mise en place de phases théoriques alternées avec des phases d'apprentissage des gestes techniques spécifiques à l'acquisition d'une compétence
3. Mise en place de pause régulière et d'une pause déjeuner
4. Mise en place de cas concret : mise en situation réelle de secours en lien avec les compétences acquises
5. Bilan de la journée : questions/réponses diverses

Certification :

1. Evaluation formative : échange, conseils sur les phases d'apprentissage et les phases théoriques
2. Evaluation sommative : sur les phases de cas concrets (réussite de la mise en situation)
3. Remplissage du questionnaire de satisfaction
4. Délibération de l'équipe pédagogique
5. Signature de la fiche de certification

Délivrance du diplôme : Par email



www.ffss.fr

Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme

Comité départemental de la Savoie



Association Agréée de
Sécurité Civile

Objectifs pédagogiques - PSC 1

Compétence 1	La Protection
Objectif 1	Assurer la protection immédiate, adaptée et permanente de soi-même, de la victime et des autres personnes des dangers environnants, notamment du suraccident en utilisant, si nécessaire, les moyens à disposition
Objectif 2	Réaliser un dégagement d'urgence d'une victime de la zone dangereuse
Quand et comment dégager d'urgence une victime visible incapable de se soustraire à un danger qui n'a pu être supprimé	
Compétence 2	L'alerte et la protection des populations
Objectif 1	Identifier le signal d'alerte, indiquer les principales mesures de protection à prendre
Connaître les différences sources de diffusion de l'alerte aux populations	
Conduite à tenir lors de l'émission d'un signal d'alerte aux populations	
Compétence 3	L'alerte
Objectif 1	Assurer la transmission de l'alerte au service d'urgence le plus adapté
Comment contacter le service d'urgence le plus adapté	
Définir le service d'urgence le plus adapté	
Transmettre un message d'alerte au service d'urgence le plus adapté, de répondre aux questions, de ne pas raccrocher le premier	
Appliquer les conseils et le guidage dans l'exécution de gestes, jusqu'à l'arrivée des secours	
Compétence 4	L'obstruction aigüe des voies aériennes par un corps étranger
Objectif 1	Réaliser immédiatement les gestes de secours d'urgence nécessaires à une personne victime d'un étouffement
Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction grave des voies aériennes	
Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction grave des voies aériennes	

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>



www.ffss.fr

Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme

Comité départemental de la Savoie



Association Agréée de
Sécurité Civile

	Réaliser l'action de secours adaptée face à l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime d'une obstruction grave des voies aériennes et chez qui les 5 claques dans le dos sont inefficaces
	Réaliser l'action de secours adaptée face à une obstruction grave des voies aériennes par un corps étrangers, lorsqu'il est impossible d'encercler l'abdomen de la victime et après une série de 5 claques dans le dos inefficaces
Objectif 2	Conduite à tenir devant une victime qui présente une obstruction partielle des voies aériennes
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction partielle des voies aériennes
	Réaliser l'action de secours adaptée face à une victime présentant une obstruction partielle des voies aériennes
Compétence 5	L'hémorragie externe
Objectif 1	Réaliser immédiatement les gestes de secours d'urgence nécessaires à une personne victime d'une hémorragie externe
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une hémorragie externe
	Réaliser l'action de secours adaptée face à l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une hémorragie externe
	Réaliser l'action de secours adaptée face à une victime qui présente une hémorragie externe et dont la compression locale est impossible ou inefficace
	Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui saigne du nez, vomit ou crache du sang
	Mettre en œuvre l'action de protection adaptée lorsqu'un sauveteur est en contact avec le sang de la victime
Compétence 6	La perte de connaissance
Objectif 1	Reconnaître la perte de connaissance, assurer la liberté des voies aériennes, apprécier la respiration et réaliser les gestes de secours qu'impose l'état de la victime pour assurer sa survie
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une perte de connaissance
	Réaliser les gestes de secours adaptés face à l'existence d'une victime qui présente une perte de connaissance afin d'assurer la libération des voies aériennes
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une perte de connaissance et qui ventile

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>



www.ffss.fr

Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme

Comité départemental de la Savoie



Association Agréée de
Sécurité Civile

Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un adulte ou d'un enfant qui présente une perte de connaissance et qui ventile	
Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un nourrisson qui présente une perte de connaissance et qui ventile	
Compétence 7	L'arrêt cardiaque
Objectif 1	Comprendre l'intérêt de la chaîne de survie lors d'un arrêt cardiaque
Objectif 2	Prendre en charge, avec ou sans DAE, une victime inconsciente qui présente un arrêt cardiaque dans l'attente d'un renfort
Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime adulte présente un arrêt cardiaque	
Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime adulte en arrêt cardiaque	
Objectif 3	Mettre en œuvre une réanimation cardio-pulmonaire chez un enfant et un nourrisson
Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant qu'un enfant ou un nourrisson présente un arrêt cardiaque	
Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un enfant ou d'un nourrisson qui présente un arrêt cardiaque	
Objectif 4	Mettre en œuvre un défibrillateur automatisé externe
Mettre en œuvre un défibrillateur automatisé externe adapté en présence d'une victime en arrêt cardiaque	
Connaître les risques et contraintes liés à l'utilisation d'un défibrillateur automatique externe	
Compétence 8	Le malaise
Objectif 1	Face à une victime qui présente un malaise, après l'avoir mise au repos, l'interroger, l'installer en position d'attente correct pour éviter l'aggravation, recourir si nécessaire à un conseil médical et respecter les recommandations des secours
Mettre immédiatement au repos, la victime qui présente un malaise	
Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente un malaise	
Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime présentant un malaise	

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>



www.ffss.fr

Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme

Comité départemental de la Savoie



Association Agréée de
Sécurité Civile

Compétence 9	Les plaies
Objectif 1	Installer la victime d'une plaie grave dans une position d'attente adaptée
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente un plaie grave
	Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui présente une plaie grave
Objectif 2	Nettoyer, protéger si besoin, une plaie reconnue simple et donner à la victime les conseils de surveillance adaptés
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une plaie simple
	Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une plaie simple
Compétence 10	Les brûlures
Objectif 1	Refroidir immédiatement, et au plus tard dans les 30 minutes suivant la brûlure, en l'arrosant avec de l'eau tempérée du robinet, jusqu'à l'obtention d'un avis médical si la brûlure est grave
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une brûlure grave
	Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une brûlure grave
	Mettre en œuvre l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui présente une brûlure par produits chimiques, électriques ou interne par inhalation
Objectif 2	Refroidir immédiatement, et au plus tard dans les 30 minutes suivant la brûlure, en l'arrosant avec de l'eau tempérée du robinet, jusqu'à la disparition de la douleur si la brûlure est reconnue simple
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une brûlure simple
	Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une brûlure simple
Compétence 11	Le traumatisme
Objectif 1	Eviter toute mobilisation d'une personne qui présente un traumatisme
	Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant la présence d'un traumatisme
	Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui présente une douleur du cou à la suite d'un traumatisme
	L'unité d'enseignement " Prévention et Secours Civique 1 ", lorsqu'elle est dispensée en présentiel, est fixée à une durée minimale de 7 heures . Le nombre d'inscrits est limité à 10 candidats/formateur.

Affilié à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme - Comité Départemental de la SAVOIE

Maison Départementale des Sports - 90 rue Henri Oreiller - 73000 Chambéry

SIRET N° : 50856706200023 N° de déclaration d'activité de formation : 847 30 21 78 73

Téléphone : 07.67.57.47.79 Email : formation.ffss73@gmail.com Site : <https://ffss-73.fr>