

# Parcours de formation

## « PREMIERS SECOURS CITOYEN - PSC »

Durée 7 heures *(mise à jour mars 2025)*

### Premiers Secours Citoyen - PSC

#### OBJECTIF OPÉRATIONNEL

À l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes de premiers secours, conformément aux dispositions en vigueur.

#### Pour toute information et réclamation

Pascal Lacoste - 06 07 55 33 96 - pascal@emsmedia.fr  
37 rue de la Tourelle 92100 Boulogne Billancourt

#### COMPÉTENCES VISÉES

##### Compétence 1 : Alerter

Contacteur un service d'urgence à l'aide d'un téléphone et lui transmettre les informations nécessaires à son intervention.

##### Compétence 2 : Alerte et protection des populations

Reconnaître le signal national d'alerte.

Expliquer comment se mettre en sécurité, les règles de sécurité à respecter et sur quels canaux d'information écouter les consignes des autorités.

Décrire les moyens de confinement et le contenu du kit d'urgence.

##### Compétence 3 : Arrêt cardiaque

Expliquer les deux situations d'arrêt cardiaque, arrêt ou dysfonctionnement du cœur.

Identifier une victime en arrêt cardiaque.

Effectuer l'ensemble des actions nécessaires pour augmenter les chances de survie de la victime : alerter, masser et insuffler et défibriller.

##### Compétence 4 : Brûlures

Identifier la gravité et la nature de la brûlure.

Arroser immédiatement la surface brûlée par ruissellement d'eau tempérée à faible pression.

Pour une brûlure grave : alerter les secours et suivre les instructions. Pour une brûlure simple : arroser jusqu'à disparition de la douleur et surveiller d'éventuelles complications.

##### Compétence 5 : Arrêter une hémorragie

Demander à la victime de comprimer immédiatement l'endroit qui saigne ou à défaut, le faire à sa place et l'allonger confortablement. Alerter les secours et les tenir au courant si aggravation. Si la compression directe d'une hémorragie d'un membre est inefficace, effectuer un garrot.

#### PUBLIC VISÉ

Tout public à partir de l'âge de 10 ans.

#### AUCUN PRÉREQUIS

#### DURÉE : 7 heures

#### PRIX : 1 100 € net de taxes

#### NOMBRE DE PARTICIPANTS

Maximum 10 participants

#### ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Les informations relatives aux situations éventuelles de handicap seront demandées au participant en amont de la formation de manière à adapter les moyens pédagogiques aux situations individuelles.

#### LIEU : LOCAUX DU CLIENT

En présentiel dans vos locaux

#### DÉLAI D'ACCÈS

Nous nous adaptons à votre agenda dans un délai de 20 jours.

#### INDICATEURS

2 sessions de formations ont été réalisées en 2021.

- 32 personnes ont participé
- 32 personnes ont terminé la formation
- 32 personnes ont acquis l'ensemble des compétences pour obtenir l'attestation de formation

#### TAUX DE SATISFACTION

Appréciation globale de la formation :  
Très satisfaisant : 98,70 %  
Assez satisfaisant : 1,30 %

# Parcours de formation

## « PREMIERS SECOURS CITOYEN - PSC »

Durée 7 heures (mise à jour mars 2025)

### Compétence 6 : Prise en charge d'un malaise

Identifier les signes d'un malaise : accident cardiaque, accident vasculaire cérébral, autre type de malaise.

Lister les questions à poser à la victime ou son entourage : âge, durée du malaise, état de santé actuel, traitement médicamenteux, autres malaises récents.

Alerter les secours.

### Compétence 7 : Étouffement ou obstruction aiguë des voies aériennes

Distinguer une obstruction aiguë d'une obstruction partielle. En cas d'obstruction aiguë, donner des claques dans le dos, en cas d'inefficacité réaliser des compressions adaptées à la victime (adulte, enfant, nourrisson).

Alerter les secours.

### Compétence 8 : Perte de connaissance

Identifier la perte de connaissance par la recherche d'absence de réponse.

Si la victime respire, libérer les voies aériennes de la victime. Mettre la victime en position latérale de sécurité.

Alerter les secours, surveiller et protéger la victime.

### Compétence 9 : Plaies

Identifier la gravité de la plaie.

Adopter les gestes adaptés :

Pour une plaie grave, ne pas retirer le corps étranger, en cas d'hémorragie, arrêter le saignement, installer la victime dans la position d'attente adaptée à la situation de la plaie;

Pour une plaie simple, nettoyer, protéger et consulter un médecin.

Alerter les secours, surveiller et protéger la victime.

### Compétence 10 : Protection

Assurer la sécurité de la victime de soi-même ou de toute autre personne en attendant l'arrivée des secours.

Identifier une situation qui nécessite un dégagement d'urgence.

### Compétence 11 : Traumatisme

Identifier une atteinte traumatique.

Si la victime est inconsciente, suivre la conduite "perte de connaissance".

Si la victime est consciente, éviter de la mobiliser.

Alerter les secours, surveiller et protéger la victime.

## ENCADREMENT ET FORMATEURS

La formation est sous la responsabilité d'EMSmedia, elle est assurée par des formateurs titulaires du Brevet National de Moniteur de Premier Secours.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

**1. Module de sensibilisation sur smartphone, tablette ou PC.**

**2. En présentiel :** exposé direct et exposé participatif. Démonstration commentée. Ateliers pratiques de mise en oeuvre des gestes observés.

**3. Rappel des notions et évaluation post-présentiel.**

EMSmedia assure une assistance technique et pédagogiques pour le bon déroulement des activités à distance.

## MOYENS TECHNIQUES

La formation se déroule dans un lieu présentant les normes réglementaires en vigueur en matière d'accueil et d'accessibilité de stagiaires de formation ou si la formation se déroule à l'extérieur, l'espace doit être au moins abrité des intempéries.

## MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE

- 1 téléphone mobile.
- Illustrations des situations.
- Tapis de sol pour 2 participants + 1 pour le formateur.
- Mannequins de réanimation cardio-pulmonaire adulte.
- Défibrillateur automatisé externe d'entraînement.
- Liens larges, ou écharpes et bandes.
- Matériel pour compression manuelle et bandage compressif.
- Matériel pour se protéger les mains.

## ÉVALUATION

Les compétences acquises sont évaluées par le formateur au fur et à mesure de la mise en pratique individuelle des gestes.

L'acquisition de l'ensemble des compétences donne lieu à la délivrance d'un certificat de Citoyen de sécurité Civile. remis par la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme.