

## PLAN : Prévention et Secours Civiques de Niveau 1

### Le saviez-vous ?

Il n'y a pas de formation continue obligatoire. Il appartient donc aux participants de maintenir leurs compétences. **L'évolution de la science apporte régulièrement de nouvelles recommandations**, un recyclage tous les deux ans est fortement conseillé.

### PUBLIC CONCERNÉ

Tout public (professionnel et particulier).

### THÉMATIQUES DE LA FORMATION

- + Les différentes étapes du premier secours
- + La protection
- + L'examen de la victime
- + L'alerte
- + L'obstruction des voies aériennes
- + Les hémorragies externes
- + La perte de connaissance
- + L'arrêt cardiaque et la défibrillation
- + Le malaise
- + Les plaies
- + Les brûlures
- + Les traumatismes des os ou des articulations
- + Prendre en charge une victime : cas concrets de synthèse.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- + Formation essentiellement pratique
- + Échanges entre formateur et participants
- + Démonstrations par le formateur
- + Ateliers d'apprentissage des gestes et des conduites à tenir
- + Mises en situation.
- + Aide-mémoire PSC1

### MOYENS PÉDAGOGIQUES

- + Matériel de simulation dont mannequins adultes, enfants et nourrissons (Environ 10 mannequins par session)
- + Défibrillateurs automatisés externes (5 par sessions)
- + Supports visuels (ordinateur et vidéo projecteur, planches illustrées)

### INTERVENANTS

Formateurs professionnels à jour de formation continue.

### DURÉE

1 jour (7 heures).

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

- + Formation intra : groupe de 4 à 10 personnes maximum
- + Formations inter : nous consulter

### ÉVALUATION & VALIDATION

La Croix-Rouge française délivre le Certificat de Compétences de Citoyen de Sécurité Civile « Prévention et Secours Civiques de Niveau 1 » aux personnes qui ont participé à toutes les parties de la formation.

La Croix-Rouge française délivre également le brevet européen des premiers secours.

## OBJECTIFS

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- + De protéger la victime et les témoins sans s'exposer soi-même au danger
- + D'alerter les secours d'urgence
- + D'empêcher l'aggravation de l'état de la victime

### Renseignements & Inscriptions

[crfp.rhone-alpes@croix-rouge.fr](mailto:crfp.rhone-alpes@croix-rouge.fr)

 04 77 59 39 72

**ORGANISATION AVEC  
SYSTÈME QUALITÉ  
CERTIFIÉ PAR DNV GL  
= ISO 9001 =**

croix-rouge française 

## PROGRAMME DE FORMATION : 7 HEURES

### ACCUEIL ET PRESENTATION

#### 1 LES DIFFERENTES ETAPES DU PREMIER SECOURS

- + Principes généraux du premier secours face à une situation d'urgence

#### 2 LA PROTECTION

- + Supprimer ou écarter le danger

#### 3 L'EXAMEN DE LA VICTIME

- + Examiner une victime afin d'apprécier la gravité de son état et la nature des gestes de premiers secours à réaliser

#### 4 L'ALERTE

- + Transmettre au service de secours d'urgence adapté, les informations nécessaires à son intervention après avoir observé la situation.

#### 5 L'OBSTRUCTION DES VOIES AÉRIENNES

- + Identifier l'obstruction des voies aériennes
- + Réaliser l'enchaînement des techniques chez l'adulte, l'enfant et le nourrisson en cas d'obstruction totale
- + Conduite à tenir face à une obstruction partielle des voies aériennes

#### 6 LES HÉMORRAGIES EXTERNES

- + Arrêter le saignement
- + Choisir les gestes adaptés pour une victime qui présente une hémorragie extériorisée

#### 7 LA PERTE DE CONNAISSANCE

- + Maintenir libre les voies aériennes d'une victime inconsciente qui respire en attendant l'arrivée des secours d'urgence.

#### 8 L'ARRET CARDIAQUE

- + Mettre en œuvre une réanimation cardio-pulmonaire, et si nécessaire réaliser en toute sécurité une défibrillation automatisée externe chez une victime inconsciente qui ne respire pas.

#### 9 LE MALAISE

- + Conduite à tenir face à une personne victime d'un malaise

#### 10 LES PLAIES, BRULURES ET TRAUMATISMES DES OS ET ARTICULATIONS

- + Conduite à tenir face à une plaie
- + Conduite à tenir face à une brûlure
- + Eviter toute mobilisation d'une personne victime d'une atteinte traumatique des os et articulations, en attendant les secours

### ÉVALUATION DE FIN DE FORMATION