

# Prévention et Secours Civiques de niveau 1



## Découvrir



## S'exercer



## Mise en situation

Centre de formation  
Centre aquatique de  
St Jean de la Ruelle  
Tel: 02 38 43 12 73  
www.secourisme45.com

FFSS 45 – BP 33  
45 380 La Chapelle St  
Mesmin

### Objectifs de la formation :

Etre le premier maillon de la chaîne des secours, c'est à dire savoir réagir devant un accident, reconnaître une détresse vitale, et prendre les mesures nécessaires avant l'arrivée des secours organisés, de manière à éviter l'aggravation de l'état de la victime.

### A la fin de la formation, vous serez capable de :

- Protéger : porter secours nécessite de se protéger d'abord soi-même, et de sécuriser la zone vis à vis des autres personnes.
- Alerter : avoir collecter les éléments importants de la situation, de l'état de la victime, et les retransmettre aux services de secours.
- Agir face à une détresse évidente : l'étouffement, le saignement abondant.
- Agir face à une victime inconsciente, qui respire, qui ne respire plus, la réanimation cardio-pulmonaire et le défibrillateur automatisé externe.
- Agir face à une victime qui se plaint : d'un malaise, d'une plaie, d'une brûlure, d'une douleur suite à un choc ou une chute.

## Inclus initiation au défibrillateur

### Public visé :

Toute personne souhaitant s'initier aux gestes qui sauvent. Cette formation est vivement recommandée pour certaines activités (soins à domicile, animation socioculturelle, milieu sportif). Elle est également exigée par la loi pour l'exercice de certains métiers (sport, éducation, encadrement) ou l'inscription à des concours ou examens

Le PSC1 est à la portée de tous, dès 10 ans pour des groupes d'enfants, et à partir de 12 ans et sans limite d'âge pour les sessions grand public.

### Pédagogie et conditions de délivrance :

Il s'agit d'une formation essentiellement pratique. L'évaluation est continue sur l'ensemble de la formation. Elle donne lieu à la délivrance du Certificat de Compétences de Citoyen de Sécurité Civile.

Fédération de sécurité civile reconnue d'utilité publique, agréée Jeunesse et Sport. 1er organisme formateur en sauvetage aquatique.

