

PSC

Premiers Secours Citoyen

Public concerné

Tout public âgé de 10 ans minimum

Prérequis : Aucun

Renseignements pratiques

Durée : 7 heures (1 journée)

Participants : 6 à 10 stagiaires

Attestation : Certificat de Compétences P.S.C.

Actualisation : conseillée tous les 3 ans

Moyens pédagogiques

Matériel : Vidéoprojecteur, Défibrillateur, valise pédagogique et Mannequins, salle spacieuse, chaises...

Intervenant : 1 formateur PSC ou SST à jour de sa formation continue.

Evaluation : Formative à visée Certificative

Validation : Participer à toute la formation, réaliser tous les gestes de secours lors de l'apprentissage.

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.udsp76.com

Grand Public : Dates consultables sur notre site internet : www.udsp76.com

Documentation

Chaque participant reçoit :

- 1 livret P.S.C.

Renseignements

UNION DÉPARTEMENTALE DES SAPEURS POMPIERS
DE LA SEINE-MARITIME – UDSP76

2 Bis Rue du Colonel Trupel – 76190 YVETOT
02.32.70.44.35 – udsp76@gmail.com - www.udsp76.com

Habilitation FNSPF : PSC-AN75-PSC-183-29 délivré le 11 mars 2026

SIRET : 78 112 44 09 000 25 - **Code APE** : 949 9 Z

Organisme de formation enregistré auprès du Préfet de la Région Normandie –
Préfet de la Seine-Maritime sous le numéro : 7693013 A

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
- **Le citoyen de sécurité civile**
- **La protection et l'alerte**
 - ✓ Identifier et agir face à 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 aux populations et les mesures adaptées.
 - ✓ Suivre les mesures en situation de maladie infectieuse et contagieuse.
 - ✓ Savoir se protéger en situation de menace collective.
- **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 victime de tout âge en arrêt cardiaque.
 - ✓ Alerter et réaliser une Réanimation Cardio-Pulmonaire (R.C.P.) précoce.
 - ✓ Assurer la mise en œuvre d'une défibrillation précoce associée à une R.C.P.
- **Obstruction des voies aériennes**
 - ✓ Identifier l'obstruction grave et aigue des voies aériennes totale ou partielle.
 - ✓ Réaliser les techniques de désobstruction chez l'adulte, l'enfant et le nourrisson.
 - ✓ Agir face à une obstruction partielle des voies aériennes.
- **Traumatismes – Brûlures – Plaies – Hémorragies**
 - ✓ Conseiller fermement à une personne présentant un traumatisme de ne pas mobiliser la partie atteinte.
 - ✓ Identifier la gravité d'une brûlure afin d'adopter la conduite à tenir adaptée.
 - ✓ Identifier la gravité et la localisation d'une plaie pour installer la victime en position d'attente adaptée.
 - ✓ Arrêter ou limiter une perte de sang en réalisant les gestes de secours adaptés.

