



Union Départementale des Sapeurs Pompiers de la Savoie

Prévention et Secours Civiques de niveau 1

(Formation de citoyen de sécurité civile en application de la loi N° 2004-811 du 13 août 2004)

◆ **Public concerné** : Tout citoyen de plus de 10 ans

◆ **Pré-requis** : aucun

◆ **Objectifs** : Grâce à la formation PSC1, en grande partie pratique et ponctuée de mises en situation très réalistes, il vous sera possible de réaliser correctement les gestes qui sauvent et ce, dans toutes les situations de la vie courante.

A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours destinés à :

- Protéger la victime et les témoins
- Alerter les secours d'urgence adaptés
- Empêcher l'aggravation de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

◆ **Durée** : 7 heures

◆ **Nombre de participants** : de 6 à 10 participants

◆ **Programme de la formation** :

- La Protection
- L'Alerte
- Les Malaises
- Maintien de tête
- L'Inconscience / perte de connaissance
- La victime ne respire pas / arrêt cardiaque
- L'Étouffement / obstruction des voies aériennes
- L'hémorragie externe/ les traumatismes / brûlures / plaies
- Garrot

◆ **Evaluation** : Evaluation continue tout au long de la formation

◆ **Méthodes et techniques pédagogiques** : La formation aux premiers secours est une formation progressive, pratique où les connaissances nécessaires à la compréhension sont apportées aux cours d'exercices pratiques. Elle utilise des techniques pédagogiques traditionnelles et modernes, décrites dans les recommandations pédagogiques et qui impliquent les participants, les amenant à réaliser les gestes et les conduites à tenir qu'ils auront à exercer sur le terrain.

Un mémento PSC1 est remis à chaque stagiaire

◆ **Déroulement** : Cette formation de base, essentiellement pratique, est effectuée à partir de cas concrets en six parties.

Elle est dispensée à des groupes de dix participants au maximum et six minimum par un formateur de premiers secours à jour de sa formation continue.