



PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS CITOYENS (P.S.C)

Durée :	1 jour (7h)	Tarif :	Cf. devis
Modalités d'accès :	-Retour de convention de formation et de mise à disposition signée par le client, -Le cas échéant, retour de l'accord de prise en charge de l'OPCO, -Le cas échéant, merci de contacter notre référent PSH (coordonnées ci-dessous).	Délais d'accès :	10 jours à compter de la réception de la convention de formation signée (obligation F.F.S.S).
Personnes en situation de handicap (PSH) :			
Modalités d'organisation :	Dates de la formation : Horaires de formation : Lieu de la formation :	Selon planification Selon planification Chez le client	Nombre de participants : 4 à 10 Organisation de la formation : présentiel, en continu
Public visé :	L'unité d'enseignement Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC 1) est accessible à toute personne âgée au minimum <u>de dix ans (avec autorisation parentale nécessaire pour les mineurs)</u>		
Prérequis :	Etre âgé au minimum de dix ans.		
Objectifs :	A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables : ✓ D'exécuter correctement les gestes de secours destinés à protéger la victime et les témoins, ✓ D'alerter les secours d'urgence adaptés et d'empêcher l'aggravation de l'état de la victime, ✓ De préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.		
Méthodes pédagogiques mobilisées :	Alternance d'exposé, d'exercices, d'études de cas et de mises en situation pratiques.	Outils pédagogiques mobilisés :	-support de cours, fiches d'évaluation des connaissances, aide-mémoire stagiaire.
Intervenant :	Formateur disposant de son titre de formateur PSC à jour et rattaché à une entité habilitée.		
Modalités d'évaluation :	-En cours de formation, des évaluations formatives permettront d'évaluer la progression des stagiaires à l'aide de la grille d'évaluation formative et de la grille de suivi et d'Evaluation certificative du candidat.		
Sanction de la formation :	-Un certificat de réalisation est remis à tout stagiaire ayant suivi avec assiduité l'ensemble de l'action de formation. -Un certificat de compétences de citoyen de sécurité civile PSC est délivré.		
Maintien des connaissances :	4H00 tous les 24 mois.		
Contact :	Service commercial et administratif : Référent technique et pédagogique : Référent PSH :	BALLAND Nathalie et TERVER Emilie TERVER Emilie BALLAND Nathalie afsia2@orange.fr 03.24.58.38.80	

Retrouvez l'intégralité de notre offre de formation sur : www.afsia.fr



PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS CITOYENS (P.S.C)

DETAIL DES COMPETENCES VISEES

Compétence 1 : LA PROTECTION

OBJECTIF 1.1

Assurer la protection immédiate, adaptée et permanente de soi-même, de la victime et des autres personnes des dangers environnants, notamment du sur-accident en utilisant, si nécessaire, les moyens à disposition.

1.1.1 Montrer comment supprimer ou écarter le danger pour assurer sa protection, celle de la victime et des autres personnes.

OBJECTIF 1.2

Réaliser un dégagement d'urgence d'une victime de la zone dangereuse.

1.2.1 Montrer quand et comment dégager d'urgence une victime visible incapable de se soustraire à un danger qui n'a pu être supprimé

OBJECTIF 1.3

Appliquer les consignes nationales éditées par le Ministère de l'Intérieur devant une attaque terroriste ou situation de violence.

1.3.1 Tenter d'appliquer les consignes nationales éditées par le Ministère de l'Intérieur « réagir en cas d'attaque terroriste ».

Compétence 2 : L'ALERTE ET LA PROTECTION DES POPULATIONS

OBJECTIF 2. 1

Identifier le signal d'alerte, indiquer les principales mesures de protection à prendre.

2.1.1 Connaître les différentes sources de diffusion de l'alerte aux populations.

2.1.2 Citer la conduite à tenir lors de l'émission d'un signal d'alerte aux populations.

Compétence 3 : L'ALERTE

OBJECTIF 3.1

Assurer la transmission de l'alerte au service d'urgence le plus adapté

3.1.1 Définir comment contacter le service d'urgence le plus adapté.

3.1.2 Définir le service d'urgence le plus adapté.

3.1.3 Transmettre un message d'alerte au service d'urgence le plus adapté, de répondre aux questions, de ne pas raccrocher le premier.

3.1.4 Appliquer les conseils et le guidage dans l'exécution de gestes, jusqu'à l'arrivée des secours.

Site internet : www.afsia.fr – Tél. 03.24.58.38.80 – afsiaformation@gmail.com – SIRET 390 051 795 00024 – APE 8559A

N° de déclaration d'activité 21 08 00174 08 - NON ASSUJETTIE A LA TVA SOUS LE N° : FR68390051795

TVA non applicable, article 293 B du CGI

Mise à jour le 23/07/2025/ Date d'application le 23/07/2025

Certification QUALIOP pour les actions de formation Certificat N° 1054 OF Ind 0

Certification Sécurité Privée Domaine activité de surveillance humaine ou gardiennage

Certification CNAPS numéro FOR-008-2028-02-27-20230842646

Agrément ADEF 0823031303



PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS CITOYENS (P.S.C)

Compétence 4 : L'OBSTRUCTION AIGUE DES VOIES AERIENNES PAR UN CORPS ETRANGER

OBJECTIF 4.1

Réaliser immédiatement les gestes de secours d'urgence nécessaires à une personne victime d'un étouffement.

4.1.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction grave des voies aériennes.

4.1.2 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction grave des voies aériennes.

4.1.3 Réaliser l'action de secours adaptée face à l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime d'une obstruction grave des voies aériennes et chez qui les 5 claques initiales sont inefficaces.

4.1.4 Réaliser l'action de secours adaptée face à une obstruction grave des voies aériennes par un corps étranger, lorsqu'il est impossible d'encercler l'abdomen de la victime (obèse, femme enceinte dans les derniers mois de grossesse...) et après une série de 5 claques dans le dos inefficaces.

OBJECTIF 4.2

Reformuler la conduite à tenir que le sauveteur doit adopter devant une victime qui présente une obstruction partielle des voies aériennes.

4.2.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction partielle des voies aériennes.

4.2.2 Réaliser l'action de secours adaptée choisie face à l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une obstruction partielle des voies aériennes.

Compétence 5 : L'HÉMORRAGIE EXTERNE

OBJECTIF 5.1

Réaliser immédiatement les gestes de secours d'urgence nécessaires à une personne victime d'une hémorragie externe.

5.1.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une hémorragie externe.

5.1.2 Réaliser l'action de secours adaptée face à l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une hémorragie externe.

5.1.3 Réaliser l'action de secours adaptée face à une victime qui présente une hémorragie externe et dont la compression locale est impossible ou inefficace.

5.1.4 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui saigne du nez, vomit ou crache du sang.

5.1.5 Mettre en oeuvre l'action de protection adaptée lorsqu'un sauveteur est en contact avec le sang de la victime.

Site internet : www.afsia.fr – Tél. 03.24.58.38.80 – afsiaformation@gmail.com – SIRET 390 051 795 00024 – APE 8559A

N° de déclaration d'activité 21 08 00174 08 - NON ASSUJETTIE A LA TVA SOUS LE N° : FR68390051795

TVA non applicable, article 293 B du CGI

Mise à jour le 23/07/2025/ Date d'application le 23/07/2025

Certification QUALIOP pour les actions de formation Certificat N° 1054 OF Ind 0

Certification Sécurité Privée Domaine activité de surveillance humaine ou gardiennage

Certification CNAPS numéro FOR-008-2028-02-27-20230842646

Agrément ADEF 0823031303



PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS CITOYENS (P.S.C)

Compétence 6 : LA PERTE DE CONNAISSANCE

OBJECTIF 6.1

Reconnaître la perte de connaissance, assurer la liberté des voies aériennes, apprécier la respiration et réaliser les gestes de secours qu'impose l'état de la victime pour assurer sa survie.

6.1.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une perte de connaissance.

6.1.2 Réaliser les gestes de secours adaptée face à l'existence d'une victime qui présente une perte de connaissance afin d'assurer la libération des voies aériennes.

6.1. 3 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime qui présente une perte de connaissance et qui ventile.

6.1.4 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un adulte ou d'un enfant qui présente une perte de connaissance et qui ventile.

6.1.5 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un nourrisson qui présente une perte de connaissance et qui ventile.

Compétence 7 : L'ARRET CARDIAQUE

OBJECTIF 7.1

Comprendre l'intérêt de la chaîne de survie lors d'un arrêt cardiaque.

7.1.1 Connaître la chaîne de survie.

OBJECTIF 7.2

Prendre en charge, avec ou sans DAE, une victime inconsciente qui présente un arrêt cardiaque dans l'attente d'un renfort.

7.2.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime adulte présente un arrêt cardiaque.

7.2.2 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime adulte en arrêt cardiaque.

OBJECTIF 7. 3

Mettre en oeuvre une réanimation cardio-pulmonaire chez un enfant et un nourrisson.

7.3.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant qu'un enfant ou un nourrisson présente un arrêt cardiaque.

7.3.2 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'un enfant ou d'un nourrisson qui présente un arrêt cardiaque.

Site internet : www.afsia.fr – Tél. 03.24.58.38.80 – afsiaformation@gmail.com – SIRET 390 051 795 00024 – APE 8559A

N° de déclaration d'activité 21 08 00174 08 - NON ASSUJETTIE A LA TVA SOUS LE N° : FR68390051795

TVA non applicable, article 293 B du CGI

Mise à jour le 23/07/2025/ Date d'application le 23/07/2025

Certification QUALIOP pour les actions de formation Certificat N° 1054 OF Ind 0

Certification Sécurité Privée Domaine activité de surveillance humaine ou gardiennage

Certification CNAPS numéro FOR-008-2028-02-27-20230842646

Agrément ADEF 0823031303



PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS CITOYENS (P.S.C)

OBJECTIF 7. 4

Mettre en oeuvre un défibrillateur automatisé externe.

7.4.1 Mettre en oeuvre un défibrillateur automatisé externe adapté en présence d'une victime en arrêt cardiaque.

7.4.2 Connaître les risques et contraintes liés à l'utilisation d'un défibrillateur automatisé externe.

Compétence 8 : LE MALAISE

OBJECTIF 8.1

Face à une victime qui présente un malaise, après l'avoir mise au repos, l'interroger, l'installer en position correcte pour éviter une aggravation, recourir si nécessaire à un conseil médical et respecter les recommandations des secours.

8.1.1 Mettre immédiatement au repos, la victime qui présente un malaise.

8.1.2 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente un malaise.

8.1.3 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime présentant un malaise.

Compétence 9 : LES PLAIES

OBJECTIF 9.1

Installer la victime d'une plaie grave en position d'attente adaptée.

9.1.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une plaie grave.

9.1.2 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui présente une plaie grave.

OBJECTIF 9.2

Nettoyer, protéger si besoin, une plaie reconnue simple et donner à la victime les conseils de surveillance adaptés

9.2.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une plaie simple.

9.2.2 Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une plaie simple.

Compétence 10 : LES BRÛLURES

OBJECTIF 10.1

Refroidir immédiatement, et au plus tard dans les 30 minutes suivant la brûlure, en l'arrosant avec de l'eau tempérée du robinet, jusqu'à l'obtention d'un avis médical si la brûlure est reconnue grave.

10.1.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une brûlure grave.

10.1.2 Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une brûlure grave.

Site internet : www.afsia.fr – Tél. 03.24.58.38.80 – afsiaformation@gmail.com – SIRET 390 051 795 00024 – APE 8559A

N° de déclaration d'activité 21 08 00174 08 - NON ASSUJETTIE A LA TVA SOUS LE N° : FR68390051795

TVA non applicable, article 293 B du CGI

Mise à jour le 23/07/2025/ Date d'application le 23/07/2025

Certification QUALIOP pour les actions de formation Certificat N° 1054 OF Ind 0

Certification Sécurité Privée Domaine activité de surveillance humaine ou gardiennage

Certification CNAPS numéro FOR-008-2028-02-27-20230842646

Agrément ADEF 0823031303



PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS CITOYENS (P.S.C)

10.1.3 Mettre en oeuvre l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui présente une brûlure par produits chimiques, électrique ou interne par inhalation.

OBJECTIF 10.2

Refroidir immédiatement, et au plus tard dans les 30 minutes suivant la brûlure, en l'arrosant avec de l'eau tempérée du robinet, jusqu'à disparition de la douleur si la brûlure est reconnue simple.

10.2.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant que la victime présente une brûlure simple.

10.2.2 Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une brûlure simple.

10.2.2 Citer l'action de secours adaptée à réaliser en présence d'une victime qui présente une brûlure simple.

Compétence 11 : LE TRAUMATISME

OBJECTIF 11.1

Eviter toute mobilisation d'une personne qui présente un traumatisme.

11.1.1 Reconnaître l'existence d'un ou plusieurs signes indiquant la présence d'un traumatisme.

11.1.2 Réaliser l'action de secours adaptée en présence d'une victime qui présente une douleur du cou à la suite d'un traumatisme.