



UNION DÉPARTEMENTALE
SAPEURS - POMPIERS
CÔTE D'OR

Association loi 1901
Non assujettie à la TVA
N°SIRET : 501 629 737 000 21
CODE APE : 9499Z
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 27210420121
auprès du préfet de Côte-d'Or
N° agrément FNSPF : PSC1-1101P75
Agrément départemental délivré sous le n° 21/FPS/005

15 rue de l'Eglise
21800 NEUILLY-CRIMOLOIS
www.udsp21.fr  
Courriel : contact@udsp21.fr

Référence : PP_PSC
v1 créée le 20/02/2026
Version en vigueur : v1
Depuis le : 20/02/2026

PROGRAMME PEDAGOGIQUE PSC – PREMIERS SECOURS CITOYEN

Public concerné

Tout public âgé de 10 ans minimum
Pré-requis : Aucun

Objectifs

Acquérir les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours.

Renseignements pratiques

Durée : 7 heures (1 journée)
Participants : 6 à 10 stagiaires
Attestation : Certificat de compétences PSC1
Actualisation : conseillée tous les 3 ans

Déroulé pédagogique

LA PROTECTION - L'ALERTE

- Identifier 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 des populations et les mesures de protection

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 personne de tout âge en arrêt cardiaque
- Alerter et réaliser une Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP) précoce
- Assurer la mise en œuvre d'une défibrillation précoce associée à la RCP

OBSTRUCTION DES VOIES AERIENNES

- Identifier l'obstruction des voies aériennes totale ou partielle
- Réaliser les techniques de désobstruction chez l'adulte, l'enfant et le bébé
- Agir face à une obstruction partielle des voies aériennes

TRAUMATISMES - BRÛLURES - PLAIES - HEMORRAGIES

- Conseiller fermement à une personne présentant un traumatisme de ne pas mobiliser la partie atteinte
- Identifier la gravité et la nature d'une brûlure afin d'adopter la conduite à tenir adaptée.
- Identifier la gravité et la localisation d'une plaie pour installer la victime dans une position d'attente adaptée
- Arrêter ou limiter une perte de sang en réalisant les gestes de secours adaptés

Moyens pédagogiques

Matériel : Vidéoprojecteur, défibrillateur, valise pédagogique et mannequins (adulte, enfant, nourrisson), salle spacieuse, chaises...

Intervenant : 1 formateur PSC à jour de sa formation continue

Evaluation : Certificative

Validation : Participer à toute la formation, réaliser tous les gestes de secours lors de l'apprentissage et participer au moins une fois comme sauveteur à un cas concret.

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 : NC

Documentation

Chaque participant reçoit :
- 1 livret PSC1

Pour plus d'informations sur notre organisation

Scannez ce code

