



## PSC1

### PREVENTION ET SECOURS CIVIQUES DE NIVEAU 1

Le module Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC1) est la formation de base aux premiers secours en France. Défini par arrêté interministériel des ministères de l'Intérieur et de la Santé, il est délivré par les associations agréées et organismes habilités. Toute personne peut suivre cette formation. Le formateur évalue les stagiaires de façon continue tout au long de la formation, il n'y a pas d'examen. Ceux qui participent activement à l'ensemble de la formation reçoivent un certificat de compétences. Pendant 1 à 2 journées au total, les stagiaires sont informés sur les différentes situations auxquelles ils pourront être confrontés, la manière d'examiner la victime, les gestes à effectuer et l'appel des secours. Les principaux cas traités sont l'étouffement, l'hémorragie et l'inconscience. Chaque stagiaire pratique les gestes enseignés sur d'autres stagiaires ou, pour ceux qui le nécessitent pour des raisons d'hygiène ou de sécurité, sur des mannequins. Le stagiaire est également confronté à des situations simulées dans lesquelles une victime est en danger, les cas concrets, qui lui permettent de mettre en pratique les connaissances acquises.

#### LA FORMATION ALTERNE 2 SITUATIONS : LE COURS ET LE CAS CONCRET

Techniques de cours : Exemple de situation pour une étude de cas. Toutes les séquences se déroulent selon le même plan. D'abord, une situation dans laquelle il existe un danger est introduite par une étude de cas. Ensuite, la démonstration pratique menée par le formateur expose la technique à appliquer dans cette situation. Elle est suivie d'un apprentissage au cours duquel les stagiaires, généralement en binômes, doivent acquérir cette technique. Une étude de cas consiste à soumettre aux stagiaires une situation qui présente un danger, par exemple en leur projetant une photographie. Le formateur invite les stagiaires à repérer les signes de danger, en évaluer les risques, et suggérer une conduite à tenir en précisant ses objectifs. Cette phase du cours permet aux stagiaires, le cas échéant, d'évoquer une situation vécue similaire[E 5]. Par exemple, le cas de l'accident de voiture ci-contre fournit l'occasion de parler du risque de suraccident illustré par les voitures qui arrivent à l'arrière-plan et des manières de le prévenir, ainsi que des spécificités du secours sur la route. Après l'étude de cas, le formateur passe à la démonstration en temps réel de la technique adéquate en utilisant, s'il y a lieu, une victime qui simule la situation de danger. Il reprend ensuite les différentes étapes de cette technique au ralenti, en les explicitant. Enfin, il fait reformuler ce qu'il a dit par un stagiaire pour vérifier que le message est bien passé. Les stagiaires sont ensuite invités à pratiquer la technique qu'ils viennent de voir. Certaines techniques, comme la réanimation cardio-pulmonaires, ne sont pas pratiquées sur des personnes pour des raisons d'hygiène et de sécurité ; l'entraînement se passe alors sur un mannequin.



\* *Cas concret* : Le cas concret est une mise en situation dans laquelle un stagiaire est placé face à l'une des situations qui ont été vues lors de la formation. Cette situation est simulée en utilisant, le cas échéant, des accessoires ou du maquillage.

## PROGRAMME

Le contenu de la formation est organisé en neuf parties, auxquelles s'ajoute l'évaluation de la formation. \* *Protection* : Dans cette première partie, le stagiaire doit apprendre à se protéger contre un danger, puis à protéger les autres personnes qui pourraient y être exposées. \* *Alerte* : Le stagiaire apprend à choisir le service d'urgence à contacter en fonction de la situation et à lui transmettre efficacement un message complet. \* *Étouffement* : La main portée à la gorge est un signe classique de l'étouffement. Le stagiaire apprend à identifier l'étouffement et à réaliser les gestes appropriés : claques dans le dos et méthode de Heimlich pour l'adulte, claques dans le dos adaptées (méthode de Mofenson) et méthode des compressions sternales pour le nourrisson. \* *Hémorragie* : Une fois le saignement abondant identifié, les techniques enseignées pour l'arrêter sont l'appui manuel direct sur la plaie et le tampon relais. \* *Victime inconsciente qui respire* : Le stagiaire doit savoir reconnaître l'inconscience et contrôler la respiration, puis placer la victime en position latérale de sécurité. \* *Victime en arrêt cardio-respiratoire* : Si le sauveteur détermine que la victime inconsciente ne respire pas, il doit effectuer une réanimation cardio-pulmonaire en utilisant, si possible, un défibrillateur automatisé externe. \* *Les malaises* : Dans le cas où la victime se plaint d'un malaise, le sauveteur doit repérer des signes de gravité et l'interroger pour transmettre l'alerte au SAMU. \* *Les traumatismes* : Le sauveteur confronté à une victime consciente qui présente un traumatisme doit effectuer le geste approprié pour éviter une aggravation : installation dans une position d'attente dans le cas d'une plaie grave, arroser une brûlure, ne pas mobiliser la victime en cas de suspicion d'atteinte à un os ou une articulation, faire un maintien tête si la victime se plaint du dos de la nuque ou du cou. \* *Synthèse* : Une fois que toutes les situations prévues au programme ont été vues, chaque stagiaire passe sur un nouveau cas concret.

Renseignements : MFR de La Capelle - Pascale VERON, Adjointe de Direction

