

# FORMATION RECYCLAGE PSC

## Premiers Secours Citoyen

### Public concerné

Tout public âgé de 10 ans minimum  
**Pré requis** : être titulaire du PSC1 depuis 3 à 5 ans  
Ou dernier recyclage depuis 3 à 5 ans

### Objectifs

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

### Renseignements pratiques

**Durée** : 4 heures (1/2 journée)  
**Participants** : 4 à 10 stagiaires  
**Attestation** : attestation de recyclage PSC  
**Actualisation** : conseillée tous les 3-5 ans  
**Formation accessible aux personnes en situation de handicap**

### Déroulé pédagogique

#### INFORMATIONS SUR LES EVOLUTIONS TECHNIQUES

##### 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 chauffée de 25 m<sup>2</sup> minimum, 1 chaise par participant formateur inclus.

**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.

**Documentation** :  
Memento PSC1 IZZILINK

### Planification & Tarifs

#### Entreprises – administrations - associations

**Dans vos locaux** : date à votre choix  
**Tarif** : 330€\* net de taxe pour un groupe (4-10 stagiaires)

\*tarif de la formation hors frais de déplacement

#### Particuliers

Dates et lieux consultables sur notre site internet

<https://udsp52.fr/les-formations/>

**Tarif** : 35€ net de taxe par personne  
Dispositif Jeun'est : 35€

### Renseignements

#### UDSP 52

Cité des sapeurs-pompiers  
29 rue du vieux moulin 52000 CHAUMONT

☎ 07 81 32 67 96 - @ [formationsudsp52@gmail.com](mailto:formationsudsp52@gmail.com)

N° agrément : 52-2023-02-00013

N° habilitation SST : 1022997/2016/SST-01/O/CN

SIRET : 51924753000024 - Code APE : 9499Z

Organisme de formation enregistré auprès du Préfet de la Région sous le numéro 44520037052.