

# PROGRAMME DE LA FORMATION

-

## PSC - PREMIERS SECOURS CITOYEN

En vous formant au **PSC** (Premiers Secours Citoyen) qui est le nouveau nom du PSC abrogé le 15/06/2025, vous deviendrez ainsi le premier maillon de la chaîne de secours en réalisant les gestes qui sauvent.

### PREMIERS SECOURS CITOYEN



#### AFPS - PSC 1 - PSC : qu'est-ce qui change ?

La formation Premiers Secours Citoyen remplace la formation Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC 1) et la formation AFPS depuis l'arrêté du 15/06/2025 Cette réforme vise à faire du citoyen le premier acteur de la sécurité civile.

En pratique, l'essentiel de la formation reste identique. Quelques modifications ont été apportées aux gestes enseignés, l'évolution majeure étant la prise en compte du traumatisme du rachis dans la perte de connaissance, ce qui scinde en deux la conduite à tenir.

Les titulaires de l'AFPS ou du PSC1 sont considérés comme titulaires, par équivalence, de l'unité d'enseignement PSC; il est cependant fortement recommandé de suivre une formation de remise à niveau afin d'intégrer la compétence d'utilisation du défibrillateur.

## A qui est destinée cette formation ?

La formation PSC concerne toute personne à partir de 10 ans souhaitant s'initier aux gestes qui sauvent. Elle est toutefois vivement recommandée pour certaines activités, également exigée pour l'exercice de métiers particuliers ou l'inscription à certains concours ou examens.

Accessible aux personnes en situation de handicap après entretien avec le formateur dispensateur de l'action au sein de l'ACRS.

## Quel est l'objectif de cette formation ?

C'est devenir le premier maillon de la chaîne des secours, c'est à dire savoir réagir en cas d'accident, et prendre les mesures nécessaires avant l'arrivée des secours organisés.

## Quel est le programme ?

La formation est composée de 4 parties comprenant 15 parties découpées en séquences.

1. ACCUEIL ET PRESENTATION DE LA FORMATION
2. ALERTE ET PROTECTION DES POPULATIONS
3. PROTECTION
4. L'EXAMEN DE LA VICTIME
5. ALERTE
6. OBSTRUCTION BRUTALE DES VOIES AERIENNES
7. HEMORRAGIES EXTERNES
8. PLAIES
9. BRÛLURES
10. TRAUMATISME
11. CAS CONCRETS DE LA 2ème PARTIE A LA 10ème PARTIE
12. MALAISE
13. PERTE DE CONNAISSANCE
14. ARRET CARDIAQUE
15. CAS CONCRETS DE SYNTHESE

## Combien de temps ?

La formation PSC dure une journée de face à face pédagogique (7h minimum) pour un groupe de 10 personnes par formateur.

Il n'y a aucun prérequis

## Comment est organisé la formation ?

La formation PSC est vraiment accessible à tous ! Les gestes sont simples et ne nécessitent pas d'entraînement physique. Pendant la formation, il n'est pas nécessaire de prendre de notes, nous alternons phase d'apport de connaissance et phases d'apprentissage lors de mises en situations où les formateurs simulent des accidents.

## Moyen et méthodes pédagogiques ?

Cette action de formation présente trois caractéristiques ressortant d'une pédagogie moderne. En d'autres termes, la formation est modulaire, progressive et intégrée :

- **Modulaire**, car la pédagogie dispensée repose sur des parties cohérentes, correspondant à des situations d'urgence ou des gestes de secours spécifiques ;
- **Progressive**, parce que la validation du cycle complet de formation nécessite l'acquisition successive des différentes parties ;
- **Intégrée**, car cet enseignement réalise une interpénétration des savoirs théoriques et pratiques et vise à assurer un comportement efficace face à une détresse.

### En quoi consiste l'examen ?

Il n'y a pas d'examen final. En effet, le PSC est délivré aux personnes qui ont participé à toutes les parties de la formation, et satisfait à au moins une mise en situation, le but de cette formation étant de former le participant le mieux possible.

### Combien ça coûte ?

Le coût d'une formation PSC est de 58 euros.

Ce prix inclut un mémo récapitulatif des gestes appris, remis à la fin de la formation.

### Les textes en vigueur?

Retrouvez les textes légaux:

<https://mobile.interieur.gouv.fr/Le-ministere/Securite-civile/Documentation-technique/Secourisme-et-associations/Les-recommandations-et-les-referentiels>

<https://la.charente-maritime.fr/personnes-handicapees/maison-departementale-des-personnes-handicapees>