



# RENFORCER SES COMPETENCES

## PREMIERS SECOURS CIVIQUES 1

### Les objectifs de la formation

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

### Le programme de la formation

#### 1/ Procédure PAS (Protéger, Alerter, Secourir)

- Alerte
- Alerte et protection des populations
- Brûlures
- Hémorragies externes
- Malaise
- Obstruction aiguë des voies aériennes par un corps étranger
- Perte de connaissance
- Plaies
- Protection
- Traumatismes

#### 2/ Techniques

- Compression Locale
- Compressions thoraciques
- Défibrillation
- Désobstruction par la méthode des claques dans le dos
- Désobstruction par la méthode des compressions abdominales
- Désobstruction par la méthode des compressions thoraciques
- Garrot
- Insufflations
- Libération des voies aériennes
- Maintien de la tête
- Position latérale de sécurité

#### 3/ Matériel

- Défibrillateur automatisé externes (DAE)

### PUBLIC :

TOUT PUBLIC A PARTIR DE  
10 ANS

### PRE-REQUIS :

AUCUN

### DATE ET LIEUX

13/07/2019

LE KREMLIN BICETRE (94)

### DUREE :

1 JOURNEE (7H)

### TARIFS :

50 € LICENCIES FSCF  
85€ NON LICENCIES FSCF  
280 € FINANCEMENT OPCA

### REPAS :

N.A.



COMITE REGIONAL FSCF  
D'ILE-DE-FRANCE

38 rue Roger Salengro  
94270 LE KREMLIN-BICÊTRE

<http://iledefrance.fscf.asso.fr>

09.81 95 57 94 (Appel non surtaxé)

OF n° 11 94 08709 94 • Qualité :