

FORMATION PREMIERS SECOURS CITOYEN (PSC)



Informations pratiques

📅 Date 25/04/2026

🕒 Horaires : 8h30 – 17h30

💰 Prix : 60€ (ou 52€ si membre d'une association sportive)

📍 Adresse : 72 Av Valery Giscard d'Estaing
06200 Nice
(Ex Rte de Grenoble)

Prérequis : Aucun

OBJECTIFS

- Protéger et Alerter
- Stopper une hémorragie externe
- Pratiquer une Réanimation Cardio Pulmonaire
- Se familiariser avec le défibrillateur

Et ainsi permettre au plus grand nombre de citoyens de devenir le premier maillon de la chaîne de secours et préserver l'intégrité physique d'une victime

CONTENU DE LA FORMATION

- ❖ La protection et l'alerte
 - La protection, les signaux d'alerte aux populations
 - Les dégagements d'urgence
 - L'alerte
- ❖ La victime s'étouffe
 - La désobstruction des voies aériennes chez l'adulte
 - La désobstruction des voies aériennes chez le nourrisson
 - L'obstruction partielle des voies aériennes
- ❖ La victime saigne
 - La compression locale, la pose d'un garrot
 - Le saignement par le nez, la bouche ou tout autre orifice
- ❖ La victime est inconsciente et respire
 - Mise en PLS (Position Latérale de Sécurité)
- ❖ La victime est inconsciente et ne respire pas
 - La RCP (Réanimation Cardio- pulmonaire) chez l'adulte + utilisation du Défibrillateur Automatique Externe
 - La RCP chez l'enfant et le nourrisson
- ❖ La victime se plaint de malaise
- ❖ La victime se plaint après un traumatisme
 - Plaies graves
 - Plaies simples
 - Brûlures graves
 - Brûlures simples
 - Traumatismes de la tête, du cou et du dos
 - Traumatisme des os et articulations

METHODES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

- ❖ Etude de cas – ateliers pratiques
- ❖ Evaluation : Mises en situation

Effectif

De 8 à 10 personnes

Le CDOS 06 se réserve le droit d'annuler la session si le nombre de participants est insuffisant

Intervenant

Professionnel expérimenté et agréé FFSS

Pour qui ?

Tout public



Inscription en
ligne

Référent handicap
Nous contacter au
04.92.47.62.62



Contact 04.92.47.62.62
alpesmaritimes@franceolympique.com