



MAISON SPORT SANTÉ

by

SPORT'ALIM

SANTÉ POUR TOUS



FICHE DE GESTION DE PROJET: PROGRAMME SECOURISME : GQS ; PSC1 ; PSE et 2

Alerter, Masser, Défibriller, c'est le pouvoir de sauver des vies, c'est le pouvoir d'agir.

En France, près de 50.000 personnes décèdent chaque année d'un arrêt cardiaque. 7 fois sur 10, ce type d'accident arrive en présence d'un témoin. Il faut en moyenne 13 minutes aux sapeurs-pompiers pour arriver sur le lieu d'intervention.

En attendant l'arrivée des secours, les premières minutes sont pourtant cruciales : en seulement 4 minutes sans oxygène, le cerveau subit des dommages irréversibles.

Un appel immédiat aux services d'urgence, des gestes simples de réanimation et une défibrillation précoce permettent d'améliorer significativement les chances de survie sans séquelle.

APPRENEZ LES GESTES QUI SAUVENT !

Chaque personne peut apprendre à porter secours à autrui : **certaines formations aux premiers secours sont accessibles dès l'âge de 10 ans pour obtenir une certification (mais en peut être former dès le plus jeune âge.** Il s'agit de

- Former des citoyens aux gestes de premier secours
- Se familiariser avec les bons gestes et de les maîtriser suffisamment pour être capable d'agir dans une situation d'urgence et dans certains cas être en mesure de sauver une vie comme :
 - ▲ Assurer la sécurité de soi-même, de la victime ou de toute autre personne et de transmettre au service de secours d'urgence, les informations nécessaires à son intervention
 - ▲ Réagir face à une hémorragie externe et installer la victime dans une position d'attente adaptée
 - ▲ Réagir face à une victime en arrêt cardiaque et utiliser un défibrillateur automatisé externe.

L'apprentissage des gestes élémentaires de secours favorise la prise d'initiatives et l'engagement de chacun. Il est ainsi essentiel d'enseigner, de former les jeunes et les adultes tout au long de leur vie, les gestes et les comportements adaptés à une situation de la vie courante.



Gestes qui sauvent (GQS)

A la maison, au travail ou sur la route, des accidents surviennent au quotidien

Cette formation vous permet de vous initier aux gestes de premiers secours.

Son objectif : empêcher l'aggravation de l'état de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

La formation GQS permet à chacun de connaître les gestes à pratiquer lors d'accidents de la vie quotidienne.

A l'issue de la formation **chaque participant recevra une attestation reconnue par l'État.**

Les notions inculquées :

- **Protection**
- **Alerte**
- **Hémorragie**
- Position d'attente
- Massage cardiaque avec utilisation du défibrillateur
- Position latérale de sécurité (PLS)

Prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC1)

PSC1 : 7H pour devenir un citoyen actif

Déroulement de la formation :

La formation « PSC1 » est organisée en huit parties, comportant chacune une ou plusieurs séquences pédagogiques.

L'action de formation présente trois caractéristiques permettant d'obtenir une pédagogie totalement adaptée aux objectifs. Elle est modulaire, progressive et intégrée.

- ✚ **Modulaire**, car la pédagogie dispensée repose sur des parties distinctes mais 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 situation critique.

Ces différentes parties permettent d'envisager les principales situations amenant les participants à réaliser les gestes et les conduites à tenir tels qu'ils auront à les mettre en œuvre.

Les étapes de la formation

- ✚ Accueil et présentation de la formation PSC1.
- ✚ 1ère partie : La protection.
- ✚ 2ème partie : L'alerte.
- ✚ 3ème partie : L'obstruction aiguë des voies aériennes.
- ✚ 4ème partie : Les hémorragies externes.
- ✚ 5ème partie : Les plaies, brûlures, traumatismes.
- ✚ 6ème partie : Les malaises.
- ✚ 7ème partie : La perte de connaissance.



MAISON SPORT SANTÉ

by

SPORT'ALIM

SANTÉ POUR TOUS



✚ 8ème partie : L'arrêt cardiaque.

✚ Clôture de la formation.

➤ Pré-requis

Aucun prérequis nécessaire.

Formation accessible dès 10 ans (autorisation parentale nécessaire pour les mineurs).

➤ Durée

7h de face à face pédagogique.

Maximum 10 participants / formateur.

➤ Validation

Un certificat de compétences est délivré, suivant l'arrêté du 16 novembre 2011, aux personnes ayant participé activement à l'ensemble de cette session.

Ce certificat est reconnu par les services de l'Etat

➤ Prix

Nous consulter

Premiers secours en équipe de niveau 1

Déroulement de la formation

La formation PSE1 est organisée en plusieurs parties articulées autour des capacités de secouriste à acquérir. Chacune des parties est organisée en une ou plusieurs séquences pédagogiques.

Cette action de formation présente trois caractéristiques :

Ces différentes caractéristiques permettent d'appréhender les compétences que doit détenir le secouriste.

Le présent référentiel propose un scénario pédagogique que le formateur peut aménager pour répondre aux problématiques spécifiques rencontrées par les apprenants.

Il est possible dans la limite de 6H de formation d'effectuer des apports de connaissances théoriques à distance (FOAD).

Contenu de la formation

1 – Evoluer dans le cadre juridique applicable à son action de secours et dans le respect des procédures définies par son autorité d'emploi

2 – Assurer une protection immédiate, adaptée et permanente, pour lui-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants

3 – Réaliser un bilan et assurer sa transmission aux services appropriés

4 – Réaliser les gestes de premiers secours face à une personne :

- L'obstruction brutale des voies aériennes
- Les hémorragies externes
- L'inconscience
- L'arrêt cardiaque
- La défibrillation automatisée externe
- Les détresses vitales
- Les malaises et la maladie
- Les accidents de la peau



- Les traumatismes des os et des articulations
- La noyade
- 5 – Assister des équipiers secouristes (PSE2), lors de manœuvres d'immobilisation, de relevage ou de brancardage
- 6 – Adapter son comportement à la situation ou à l'état de la victime.

Pré-requis

Aucun prérequis nécessaire.

Formation accessible dès 16 ans (autorisation parentale nécessaire pour les mineurs).

Encadrement de la formation PSE1 initiale ou continue

L'unité d'enseignement PSE1 est dispensée par une équipe pédagogique dont la composition est désignée par l'autorité d'emploi assurant la formation. Cette équipe pédagogique est composée de formateurs en premiers secours (FPS), dont l'un est désigné comme responsable pédagogique. Chaque membre de l'équipe pédagogique doit être à jour des dispositions réglementaires en vigueur en termes de formation continue et inscrit sur la liste d'aptitude correspondante.

Durée

L'unité d'enseignement « Premiers Secours en Equipe de niveau 1 » (PSE 1), en formation initiale, est fixée à une durée minimale de 35 heures de face à face pédagogique (hors temps de pause et d'installation, rangement...). Il sera possible d'utiliser la FOAD pour des apports de connaissance uniquement. Pour les formations continues la durée effective est de 6 heures minimum.

Formation continue

Afin de garantir un maintien des acquis, une formation continue annuelle est obligatoire (FC PSE1). Elle est d'une durée de 6 h.

Prix

Nous consulter.

Premiers secours en équipe de niveau 2

La formation "Premiers Secours en Equipe de niveau 2" (PSE2) est la seconde étape de la formation vous permettant d'intervenir en équipe et avec du matériel auprès d'une victime.

Encadrement de la formation PSE2 initiale ou continue

L'unité d'enseignement PSE2 est dispensée par une équipe pédagogique dont la composition est désignée par l'autorité d'emploi assurant la formation. Cette équipe pédagogique est composée de formateurs en premiers secours (FPS), dont l'un est désigné comme responsable pédagogique. Chaque membre de l'équipe pédagogique doit être à jour des dispositions réglementaires en vigueur en termes de formation continue et inscrit sur la liste d'aptitude correspondante.



Contenu de la formation

1 – Prendre en charge une personne :

- Présentant une affection ou une aggravation de sa maladie
- Victime d'une atteinte circonstancielle
- Présentant une souffrance psychique ou un comportement inhabituel

2 – Assurer, au sein d'une équipe :

- L'immobilisation, totale ou partielle d'une personne victime d'un traumatisme du squelette
- Le relevage et le brancardage d'une victime en vue de son transport

3 – De coordonner les actions de secours conduites au sein d'une équipe.

Il doit être en mesure (acquis du PSE1) :

1 – D'évoluer dans le cadre juridique applicable à son action de secours et dans le respect des procédures définies par son autorité d'emploi

2 – D'assurer une protection immédiate, adaptée et permanente, pour lui-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants

3 – De réaliser un bilan et d'assurer sa transmission aux services appropriés

4 – D'adapter son comportement à la situation ou à l'état de la victime.

Pré-requis

Indiquer être titulaire du PSE 1 ou équivalence.

Formation accessible dès 16 ans (autorisation parentale nécessaire pour les mineurs).

Durée

L'unité d'enseignement « Premiers Secours en Equipe de niveau 2 » (PSE 2), en formation initiale, est fixée à une durée minimale de 28 heures de face à face pédagogique (hors temps de pause et d'installation, rangement...). Il sera possible d'utiliser la FOAD pour des apports de connaissance uniquement. Pour les formations continues la durée effective est de 6 heures minimum

Formation continue

Afin de garantir un maintien des acquis, une formation continue annuelle est obligatoire (FC PSE1). Elle est d'une durée de 6 h.

Prix

Nous consulter.