

ADOPTÉZ UN COMPORTEMENT CITOYEN



Leçon n° 2

➤ Je protège mes proches :
j'apprends les gestes de
premiers secours

Vous pouvez acquérir dès l'âge de 10 ans
les bons réflexes à connaître en cas
d'urgence à travers une formation
simple et courte. N'attendez plus.
Avoir le bon réflexe peut sauver une vie !

INFORMEZ-VOUS. FORMEZ-VOUS. ENGAGEZ-VOUS.

www.sapeurs-pompiers35.fr

Grâce aux sapeurs-pompiers, vous pouvez apprendre les gestes de premiers secours à travers une formation simple et courte qui permet d'avoir les bons réflexes en cas d'urgence.

1/ LA FORMATION AUX PREMIERS SECOURS : À QUOI SERT-ELLE ?

En tant que témoin d'un accident ou d'une catastrophe, vous êtes le premier maillon de la chaîne des secours. Agir de manière précoce permet d'augmenter sensiblement les chances de survie et de rendre encore plus efficace l'intervention des secours.

Le PSC1 (Prévention et Secours Civique de niveau 1) est une formation simple et courte qui permet de connaître les bons réflexes en cas d'urgence : comment prévenir les secours, protéger la victime, lui apporter les premiers gestes d'aide... En bref, elle permet de maîtriser les gestes qui sauvent.

C'est une formation avant tout pratique, ponctuée de mises en situation très réalistes. Il vous sera alors possible de réaliser correctement les gestes qui sauvent et ce, dans toutes les situations de la vie courante.

2/ UNE FORMATION ACCESSIBLE À TOUS

Le PSC1 est une formation très accessible, ouverte à tous dès l'âge de 10 ans.

Le programme comprend plusieurs modules : protection, alerte, étouffement, hémorragie, inconscience, «ne respire pas» et utilisation du défibrillateur automatique externe - DAE, malaises, traumatismes.

Elle dure 7 heures et peut être réalisée sur une journée, en demi-journées ou en soirées sur plusieurs séances. Il vous est proposé de vous déplacer dans les locaux de formation de l'Union départementale des sapeurs-pompiers, à Mordelles. Pour un groupe, la formation peut aussi se faire dans votre ville (10 participants maximum pour 1 formateur).

3/ ORGANISER UNE FORMATION AUX PREMIERS SECOURS : COMMENT FAIRE ?

Les sessions de formations organisées par les unions départementales de sapeurs-pompiers sont payantes : **60€ par personne en Ille-et-Vilaine**. Il existe également d'autres formules d'inscription destinées aux groupes et recyclages.



Pour plus d'informations ou réaliser une inscription, votre contact :

L'Union départementale des sapeurs-pompiers d'Ille-et-Vilaine

Section ENSEIGNEMENT DU SECOURISME - 9 avenue des Platanes - 35310 Mordelles

02 99 26 90 02 ou contact@udsp35.fr