

# LES FORMATIONS AUX GESTES DE Premiers secours

fiche  
Santé

**EN CAS D'ACCIDENT OU D'ACTE DE VIOLENCE, CERTAINS GESTES PEUVENT SAUVER DES VIES. POUR BIEN LES MAÎTRISER, IL SUFFIT DE SE FORMER PENDANT QUELQUES HEURES AUPRÈS D'ORGANISMES AGRÉÉS. ÉCHOS SANTÉ VOUS GUIDE DANS CETTE DÉMARCHÉ CITOYENNE.**

## **PSC1, la formation de base**

La formation Prévention et secours civique de niveau 1 (PSC1) est ouverte à tous. D'une durée d'environ sept heures, elle alterne cours théoriques et cas pratiques pour maîtriser les bons gestes en cas d'arrêt cardiaque, de brûlures, d'hémorragie externe, de malaise, de traumatisme, de perte de connaissance, etc. Les gestes de premiers secours, comme réaliser une compression locale ou thoracique, utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE), pratiquer des méthodes de désobstruction ou effectuer un bouche-à-bouche, y sont enseignés.

## **La sensibilisation à la prise en charge de l'arrêt cardiaque**

Chaque année, en France, près de 50 000 personnes décèdent à la suite d'un arrêt cardiaque. Ces décès ont souvent lieu devant des témoins impuissants. Or, effectuer les bons gestes dans les minutes qui suivent le malaise et avant l'arrivée des secours peut réellement permettre de sauver des vies. Une heure suffit pour acquérir les bons gestes, comme réaliser un massage cardiaque ou utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE), appareil de plus en plus présent dans les lieux publics et privés.

## **L'initiation aux premiers secours des enfants et des nourrissons**

Destinée principalement aux parents, grands-parents et à toute personne travaillant auprès d'enfants et de



nourrissons (assistantes maternelles, puéricultrices, etc.), cette initiation permet de faire face aux accidents domestiques et de la vie courante, et de porter les premiers secours aux victimes. Cette initiation d'une durée de sept heures permet de faire le tour de toutes les situations pouvant mettre en péril les enfants, comme l'étouffement, l'hémorragie externe ou l'absence de respiration.

## **Les organismes agréés**

Toutes ces formations aux premiers secours sont dispensées par des organismes agréés par le ministère de l'Intérieur. Parmi eux, citons la Croix-Rouge française, le Centre français de secourisme, la Fédération française de sauvetage et de secourisme, la Fédération nationale de protection civile, la Fédération nationale des sapeurs-pompiers

de France, ou encore la Fédération des secouristes français – Croix-Blanche. La liste exhaustive de ces associations et leurs coordonnées est accessible sur le site [interieur.gouv.fr](http://interieur.gouv.fr). Votre mairie peut également vous fournir la liste des organismes proches de chez vous.

## **PLUS DE 10 000 FORMATIONS OFFERTES AUX BÉNÉFICIAIRES DU PROGRAMME FID'ALLIANZ**

Allianz vous offre des formations aux premiers secours, agréées par le ministère de l'Intérieur :

- une formation théorique de deux heures trente environ, avec le logiciel Salvum, à partir d'un ordinateur ou d'une tablette (10 000 formations offertes) ;
- une formation pratique d'une demi-journée via une association agréée, à l'issue de laquelle vous devenez titulaire du PSC1 (1 000 formations offertes).

Pour en bénéficier : connectez-vous à votre Espace Client sur [allianz.fr](http://allianz.fr), rubrique « Mes avantages », cliquez sur le lien « Profitez de l'avantage », et inscrivez-vous. Vous recevrez un e-mail avec vos identifiants. Vous pourrez alors immédiatement débiter votre formation.