



contact@pdvformation.fr  
**PDVFormation**  
<https://pdvformation.fr>  
**Conseil et Expertise**  
Tel: 06 - 58 - 22 - 80 - 51

# CITOYEN SAUVETEUR

---





# FORMATION CITOYEN SAUVETEUR (F.C.S.) (INITIATION AUX PREMIERS SECOURS EN 2 HEURES)



# PROGRAMME

- 1 Les malaises... la reconnaissance (dont les signes d'AVC: Accident Vasculaire Cérébral), les positions d'attente et les conduites à tenir
- 2 Les plaies (simples/graves)... la reconnaissance, le nettoyage, les emballages
- 3 Arrêt d'une hémorragie... la reconnaissance, la compression manuelle, les pansements compressifs et les garrots
- 4 L'inconscience... la reconnaissance, la libération des voies aériennes et la PLS
- 5 L'arrêt cardiaque... la reconnaissance et le massage cardiaque
- 6 Le défibrillateur (DAE)... la mise en oeuvre et particularités



# LA PROTECTION INDIVIDUELLE CONTRE LES ACCIDENTS D'EXPOSITION ET L'ALERTE



Quel est le risque ?

Qui est menacé ?

Qui protéger ?

Peut-on  
supprimer  
le danger ?

Oui

**Action de  
secours**

Non

**Action de  
secours**

Dégagement  
d'urgence

Réel

Vital

Immédiat

Non contrôlable

# LA PROTECTION INDIVIDUELLE CONTRE LES ACCIDENTS D'EXPOSITION ET L'ALERTE

Le **dégagement d'urgence** est la mobilisation d'une victime lorsque celle-ci est soumise à un danger vital ; réel et immédiat ; que l'on ne peut pas supprimer ; auquel elle ne peut pas se soustraire.

Il faut alors **tirer la victime** dans une zone de sécurité, en se protégeant au maximum.





# NUMÉROS D'URGENCES

**15**

Urgences  
médicales  
(ou SAMU)

**17**

Police ou  
gendarmerie

**18**

Sapeurs-  
pompiers

**114**

Personnes  
sourdes ou  
malentendantes

**115**

Urgences  
sociales (ou  
SAMU social)

**112**

Numéro d'urgence européen  
(permettant d'accéder au SAMU, à la police, aux Sapeurs-Pompiers)

**116000**

Enfants  
disparus

**119**

Enfance  
maltraitée

**191**

Sauvetage  
dans les airs

**196**

Sauvetage  
en mer

**197**

Alerte attentat,  
alerte  
enlèvement



# LES MALAISES... LA RECONNAISSANCE (DONT LES SIGNES D'AVC : ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL), LES POSITIONS D'ATTENTE ET LES CONDUITES À TENIR



# LA VICTIME SE PLAINT DE MALAISE

## Certains signes

Faiblesse

Désorientation temps/espace

Douleurs dans la poitrine

Douleur abdominales

Difficulté à parler et/ou à respirer

Sensation de froid / chaud

Sueurs

Pâleur / cyanose

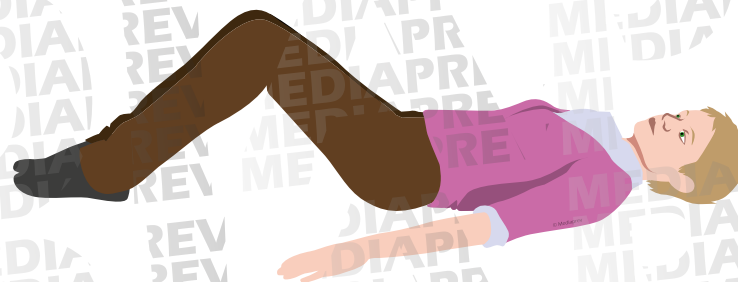
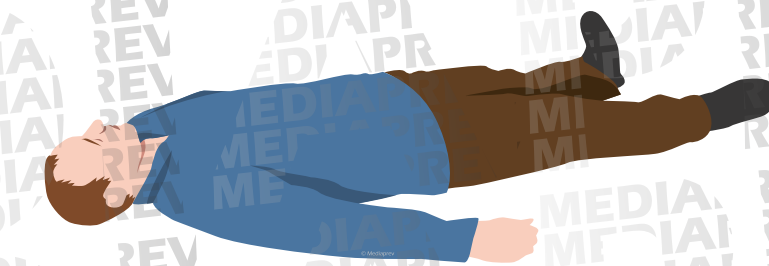
Tremblements / oppression...





# LA VICTIME SE PLAINT DE MALAISE

Mettre la  
victime au  
**repos**





# LA VICTIME SE PLAINT DE MALAISE

Mettre la  
victime au  
**repos**

Se renseigner  
sur son **état**  
**de santé**



# LA VICTIME SE PLAINT DE MALAISE

Observer et  
être très vigilant aux  
**signes de l'AVC**  
et de l'accident  
cardiaque







# LA VICTIME SE PLAINT DE MALAISE

F

Face drooping

A

Arm weakness

S

Speech difficulty

T

Time to call





# LA VICTIME SE PLAINT DE MALAISE

**Appeler** les secours  
et surveiller

15

Urgences  
médicales  
(ou SAMU)



18

Sapeurs-  
pompiers



112

N° d'urgence  
européen





# LES PLAIES (SIMPLES/GRAVES)... LA RECONNAISSANCE, LE NETTOYAGE, LES EMBALLAGES

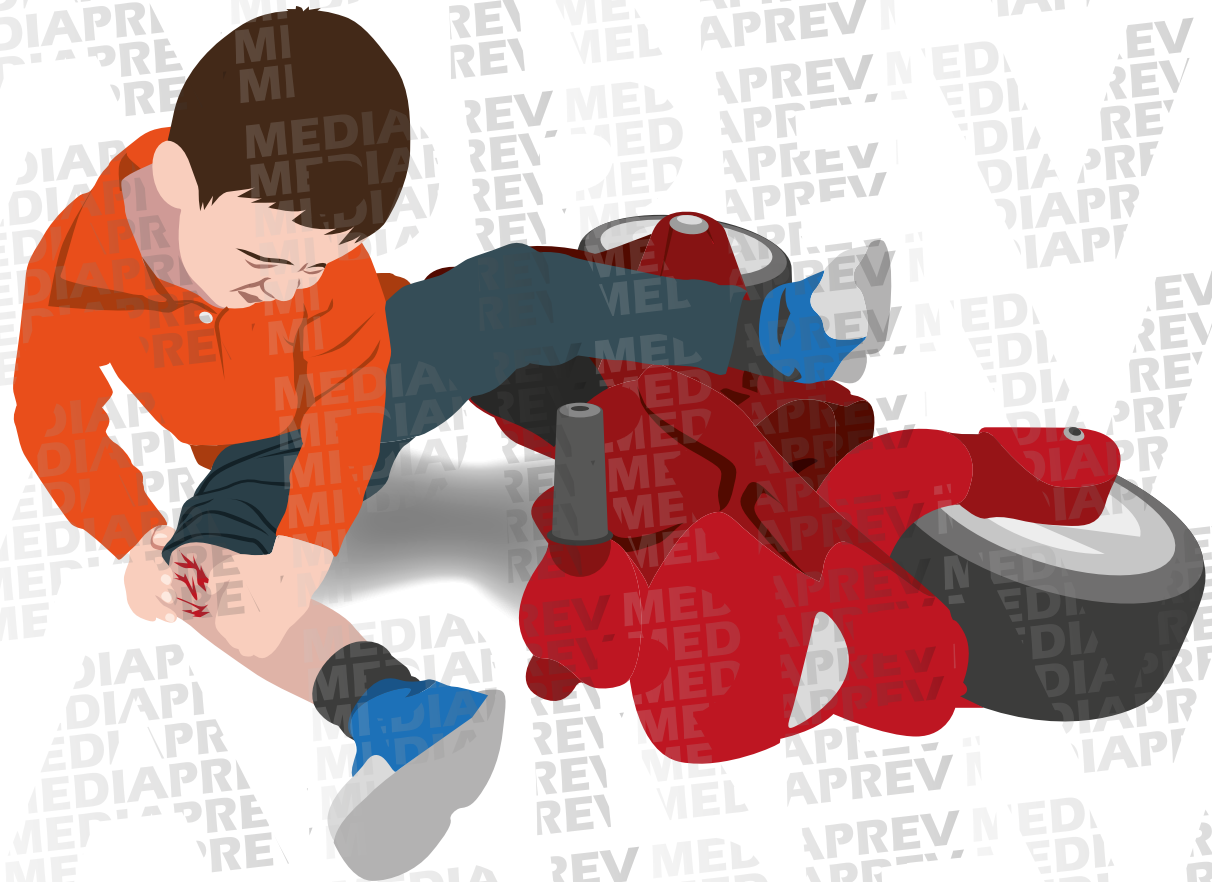




## PLAIE SIMPLE

Coupure  
superficielle

Éraflure  
saignant  
peu



## PLAIE GRAVE

### **Mécanisme pénétrant**

Objet tranchant ou perforant, morsures, projectiles...

### **Aspect**

Déchiqueté, écrasé...

### **Localisation**

Thoracique, abdominale, oculaire ou Proche d'un orifice naturel

### **Hémorragie** associée



# PLAIE GRAVE

**NE JAMAIS  
RETIRER LE CORPS  
ETRANGER**







# PLAIE GRAVE



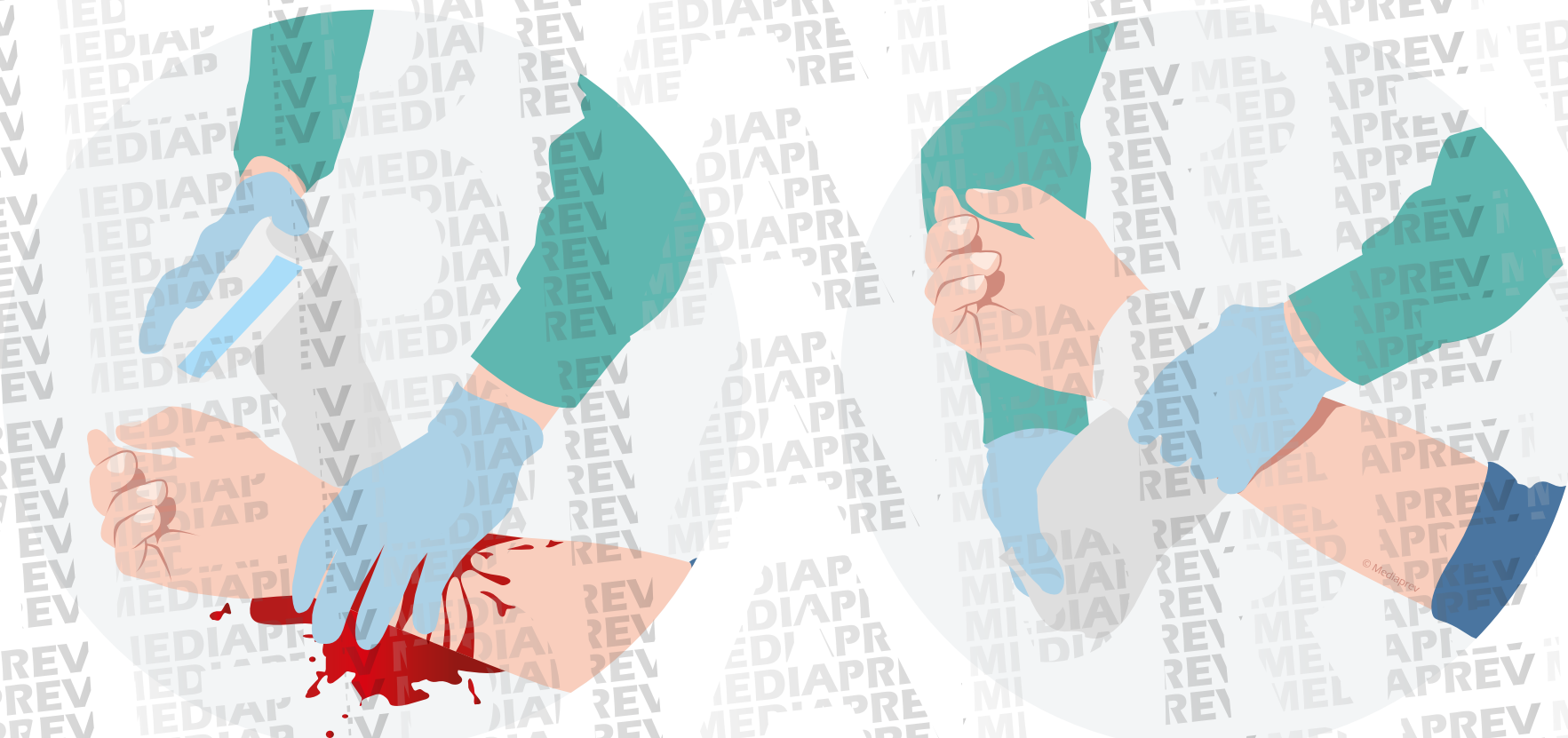
# ARRÊT D'UNE HÉMORRAGIE... LA RECONNAISSANCE, LA COMPRESSION MANUELLE, LES PANSEMENTS COMPRESSIFS ET LES GARROTS.

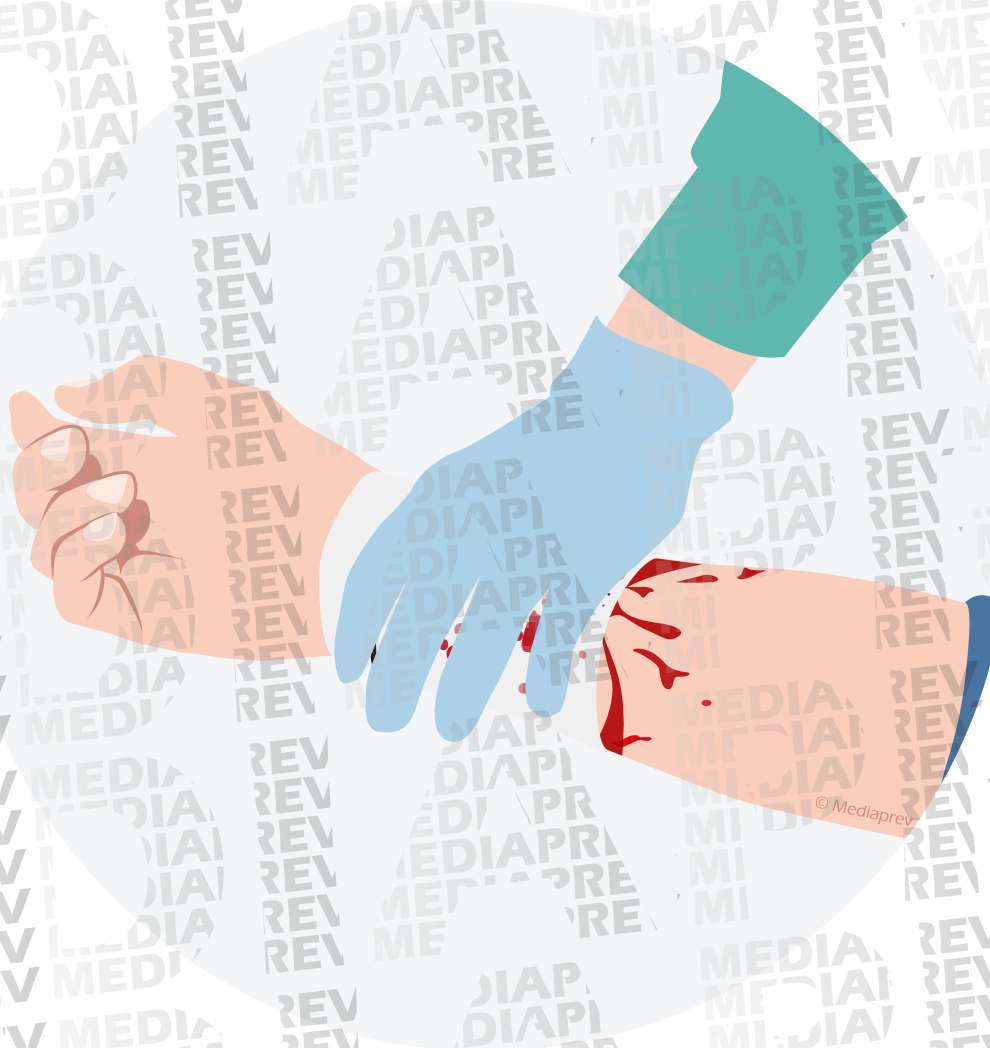


L'hémorragie  
est une **perte**  
**abondante de sang**  
qui ne s'arrête  
pas spontanément.



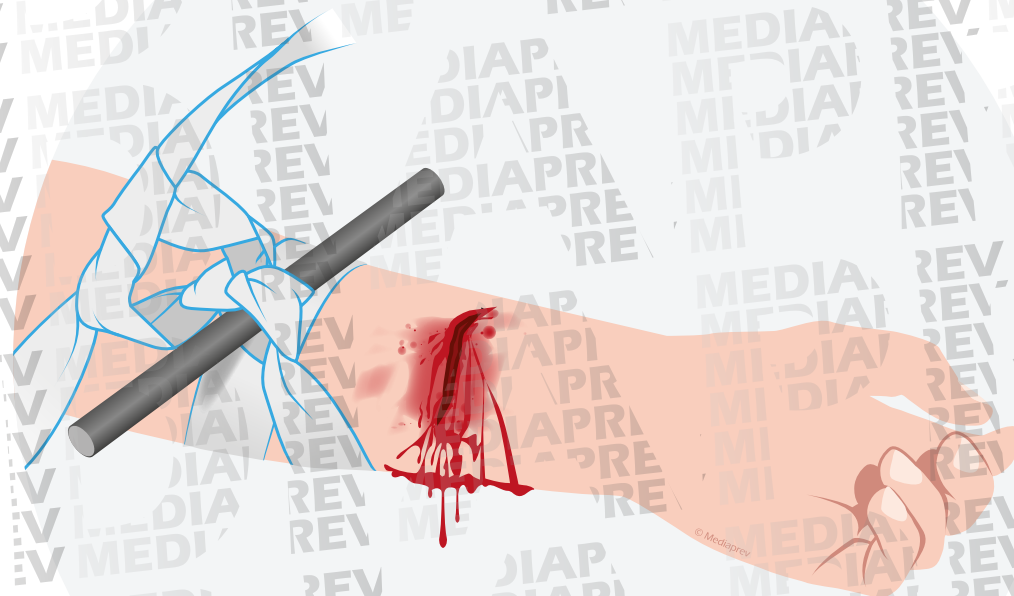


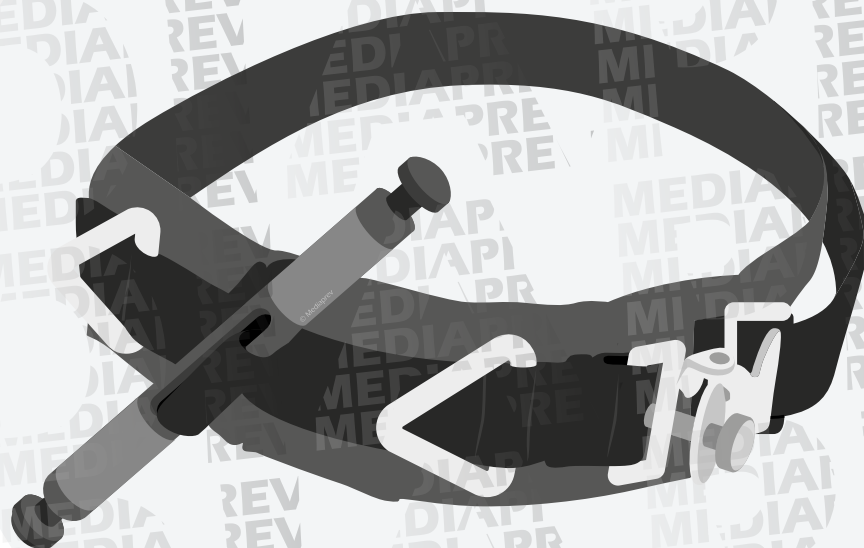




© Mediaprev









# L'INCONSCIENCE... LA RECONNAISSANCE, LA LIBÉRATION DES VOIES AÉRIENNES ET LA PLS



Une victime est  
**inconsciente et respire**  
lorsqu'elle ne répond pas aux  
questions, ne réagit pas à un  
ordre simple, reste immobile, et  
lorsque des mouvements de  
la poitrine ou de l'abdomen  
sont visibles et/ou un bruit  
respiratoire ou un  
souffle est perçu.



Questionner, stimuler

Libérer les voies aériennes

Contrôler la respiration

Position Latérale de Sécurité





**Appeler** les secours  
et surveiller

15

Urgences  
médicales  
(ou SAMU)



18

Sapeurs-  
pompiers



112

N° d'urgence  
européen







# L'ARRÊT CARDIAQUE... LA RECONNAISSANCE ET LE MASSAGE CARDIAQUE

## SECOURIR 8 - LA VICTIME NE RÉPOND PAS ET NE RESPIRE PAS

Une victime est considérée comme étant en arrêt cardiaque lorsqu'elle a **perdu connaissance et ne respire pas** (aucun mouvement de la poitrine n'est visible, aucun bruit ou souffle n'est perçu), elle présente une respiration **anormale** (des mouvements respiratoires inefficaces, lents, bruyants et anarchiques (gasps)).

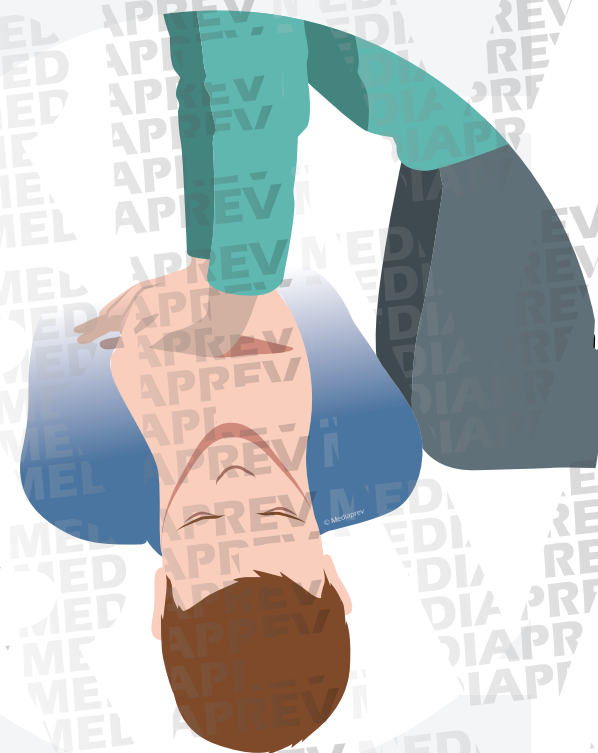
## 30

Compressions sternales de 5 à 6 cm de profondeur (conserver les bras parfaitement verticaux, tendus et verrouiller les coudes)

Maintenir une fréquence comprise entre 100 et 120 compressions par minute.

Assurer un temps de compression égal à celui du relâchement.

Ne pas décoller les mains.







## 2

Insufflations lentes et progressives

Cesser dès le début de soulèvement de la poitrine.

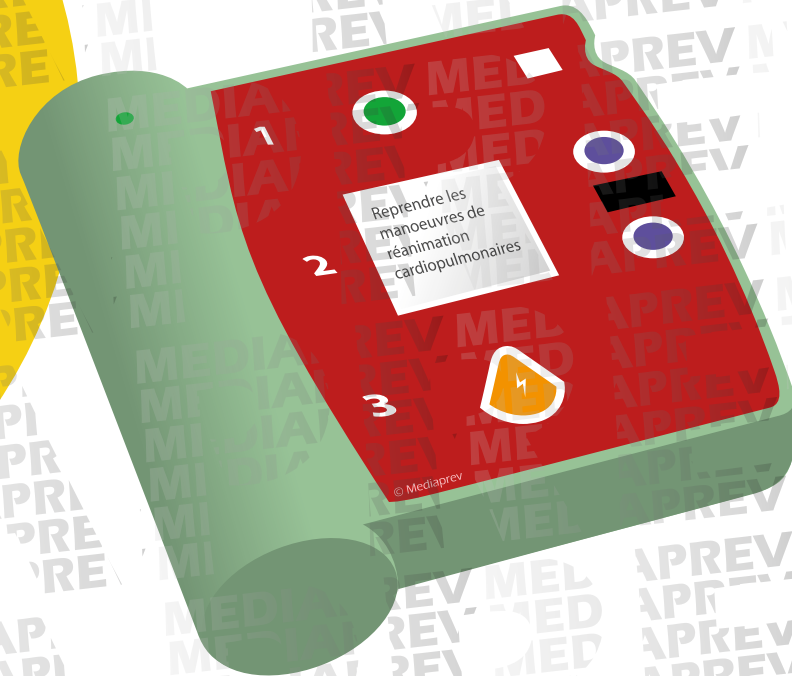
Les deux insufflations doivent être réalisées en 5 secondes au maximum.





## SECOURIR 8 - LA VICTIME NE RÉPOND PAS ET NE RESPIRE PAS

Renouveler  
l'opération jusqu'à  
l'arrivée des secours, ne  
s'arrêter que pour mettre  
en place un **défibrillateur**  
ou à la demande de  
celui-ci





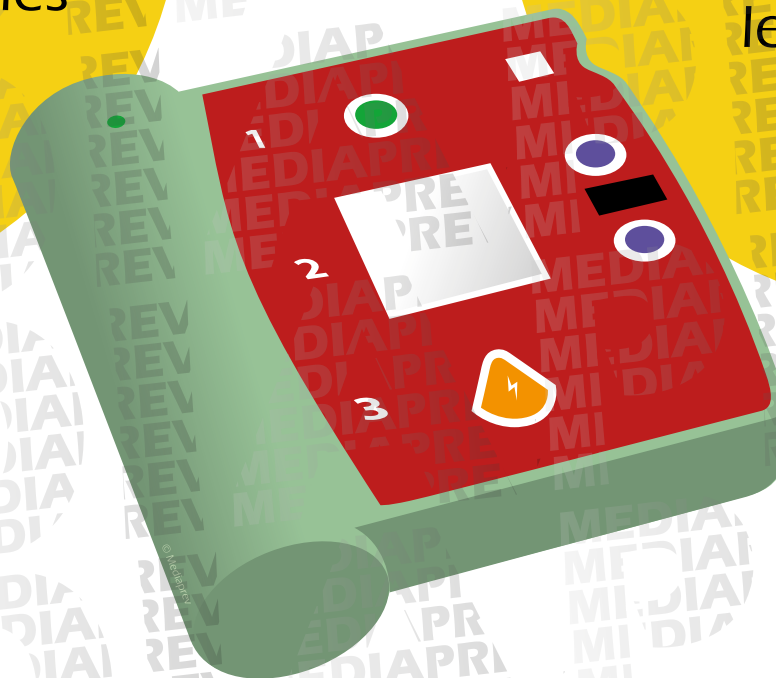
# LE DÉFIBRILLATEUR (DAE)...

## LA MISE EN OEUVRE ET PARTICULARITÉS



Un **Défibrillateur Automatisé Externe** (DAE) est un dispositif médical qui aide à la réanimation de victimes d'arrêt cardiaque.

**Accompagné d'un massage cardiaque**, le défibrillateur contribue à augmenter significativement les chances de survie.





## SECOURIR 8 - LA VICTIME NE RÉPOND PAS ET NE RESPIRE PAS

La recherche et la pose d'un Défibrillateur Automatisé Externe (DAE) **ne doit pas retarder** de manière significative la mise en place du massage cardiaque (- de 5 min entre la recherche et la pose du DAE).

Allumer le défibrillateur.

Suivre les indications de l'appareil.

Enlever ou couper les vêtements si nécessaire, sécher le thorax de la victime s'il est humide ou mouillé.

Appliquer les électrodes (dans la position indiquée sur le schéma figurant sur l'emballage).

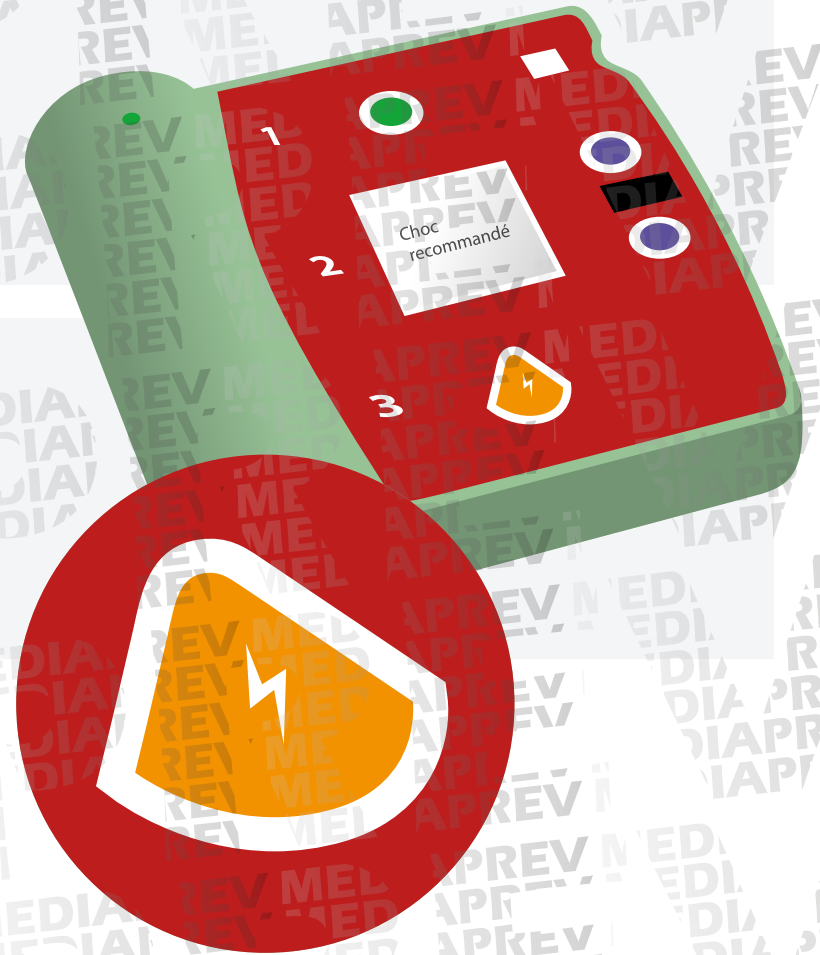




## SI LE DÉFIBRILLATEUR ANNONCE QUE LE CHOC EST NÉCESSAIRE :

Demander aux personnes aux alentours de s'écarter.

Laisser le DAE déclencher le choc électrique ou appuyer sur le bouton «choc» lorsque l'appareil le demande.

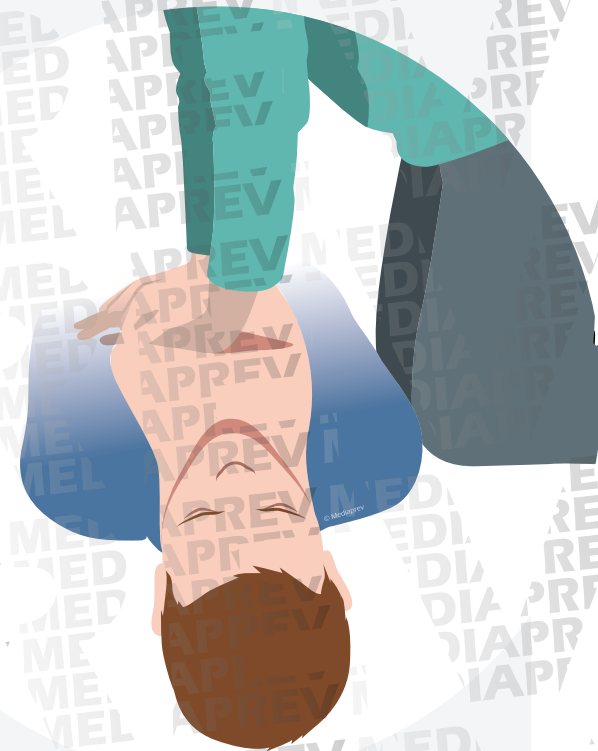


## SI LE DÉFIBRILLATEUR ANNONCE QUE LE CHOC EST NÉCESSAIRE :

Demander aux personnes aux alentours de s'écarter.

Laisser le DAE déclencher le choc électrique ou appuyer sur le bouton «choc» lorsque l'appareil le demande.

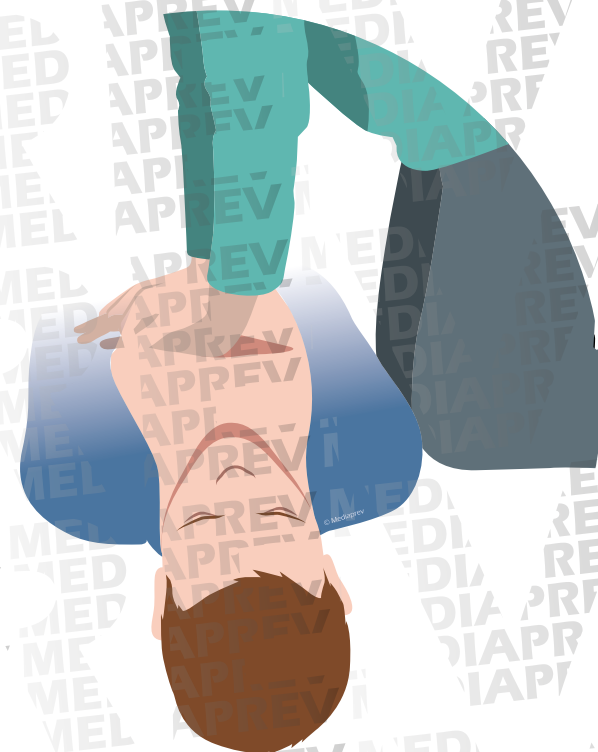
Reprendre immédiatement les compressions thoraciques après la délivrance du choc.





# SI LE DÉFIBRILLATEUR ANNONCE QUE LE CHOC N'EST PAS NÉCESSAIRE

Reprendre immédiatement les compressions thoraciques.







# CERTIFICAT INDIVIDUEL DE FORMATION

Délivré par « PDVFormation, conseil et expertise »

Monsieur, Madame :

a suivi avec succès la formation :  
« CITOYEN SAUVETEUR »

Date(s)	Lieu	« PDVFormation » représenté par Monsieur En qualité de formateur
		 PDVFormation Conseil et Expertise

N° SIRET : 828 965 681 00012 / Code APE : 8559B • déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 32 60 03150 60 auprès du préfet de la région HAUTS-DE-FRANCE ». Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat  
Habilitation SST : 1438024/2018/SST-01/O/04 - Agrément SSIAP : 60.19.03

Monsieur Rodolphe WAECHTER  
Coordinateur pédagogique:



contact@pdvformation.fr  
  
PDVFormation  
Conseil et Expertise  
Qualopi  
Tel: 06 - 58 - 22 - 80 - 51

Monsieur Michel CHANTEUX  
Gérant:





[contact@pdvformation.fr](mailto:contact@pdvformation.fr)



PDVFormation

<https://pdvformation.fr>

Conseil et Expertise

Tel: 06 - 58 - 22 - 80 - 51