GUIDE PEDAGOGIQUE

Version 2022.v2 - avec modifications

Formation prévention secours civiques de niveau 1

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT
SECOURISME

Union Française des Oeuvres Laïques d'Education Physique
3, rue Juliette Récamier - 75341 Paris Cedex 07 - Tél. 01 43 58 97 71
Association régie par la loi du 1er juiillet 1901 - N° SIRET 38755779600019 Code APE 9312 Z
N°d'organisme de formation 11755052675

Fédération sportive de la ligue de l'enseignement
un avenir par l'éducation populaire

➢ Préambule

La loi n° 811-2004 du 13 août 2004 de modernisation de sécurité civile a engagé la France dans un enjeu majeur : « *Avoir l'ensemble de sa population formée à la prévention des risques de toute nature et aux gestes de premiers secours* », enjeu qui correspond aux attentes fondamentales des français, souhaitant vivre en toute sécurité.

Afin de répondre à cette attente, il est créée une unité d'enseignement **« Prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC 1)**, dispensée à chaque élève, dans le cadre de son cursus scolaire obligatoire, qui devient ainsi un citoyen acteur de sécurité civile à part entière.

Logiquement, il s'avère nécessaire de disposer d'un réseau de formateurs détenant les compétences requises pour pouvoir dispenser ce type de formation.

L'objet de ce référentiel national de « Pédagogie de sécurité civile », est de définir, conformément avec les dispositions de l'annexe 2 à l'arrêté du 24 juillet 2007 modifié, fixant le référentiel national de compétences de sécurité civile relative à l'unité d'enseignement « Prévention et secours civiques de niveau 1 », les méthodes et démarches pédagogiques nécessaires aux formateurs de l'Ufolep pour enseigner l'UE « PSC1 ».

Cet ouvrage est destiné aux formateurs de l'Ufolep. C'est l'outil de référence des techniques pédagogiques et des modalités d'évaluation, permettant d'exercer l'emploi de «**Formateur de PSC1**», dès lors où un formateur est titulaire de l'unité d'enseignement « **Pédagogie Appliquée aux Emplois/Activités de classe 3 » (PAE 3)**.

➢ Champs d'application

Les dispositions du présent référentiel national de compétences de sécurité civile sont prises en application de la loi n° 2004-811 du 13 août 2004 de modernisation de la sécurité civile, notamment ses articles 4 et 5 qui visent à replacer le citoyen au cœur du dispositif de secours.

Elles sont applicables dans le cadre de la formation aux activités du citoyen en matière de sécurité civile, qui devient ainsi le premier acteur de sécurité civile.

Ce référentiel constitue la base de la pédagogie à mettre en œuvre, par les formateurs de l'Ufolep pour dispenser et évaluer une action de formation relative à l'unité d'enseignement « Prévention et secours civiques de niveau 1 ».

➢ Table des matières

ORGANISATION DE LA FORMATION 2

TERMES ET DEFINITIONS 5

TECHNIQUES PEDAGOGIQUES 9

SCENARIO PEDAGOGIQUE 18

SEQUENCES PEDAGOGIQUES 20

Partie 1 : Protection et alerte
- PROTECTION 23
- ALERTE ET PROTECTION DES POPULATIONS 25
- ALERTE 27

Partie 2 : Victime consciente nécessitant un geste d'urgence
- OBSTRUCTION GRAVE DES VOIES AERIENNES PAR CORPS ETRANGER 29
- HEMORRAGIES EXTERNES 32
- CAS CONCRETS 34

Partie 3 : Victime inconsciente
- PERTE DE CONNAISSANCE 35
- ARRET CARDIAQUE 38
- CAS CONCRETS 42

Partie 4 : Victime consciente présentant des plaintes nécessitant une CAT adaptée
- MALAISE 43
- PLAIES 45
- BRULURES 47
- TRAUMATISME 49
- CAS CONCRETS 51

- CAS CONCRETS DE SYNTHESE 52

CAS CONCRETS 54

ANNEXES 68

➢ Organisation de la formation

1. UNITÉ D'ENSEIGNEMENT « PSC 1 »

L'unité d'enseignement « prévention et secours civiques de niveau 1 » a pour objectif de faire acquérir à toute personne les capacités nécessaires pour concourir par son comportement à la sécurité civile, conformément aux dispositions des articles 4 et 5 de la loi n°2004-811 du 13 août 2004 de modernisation de la sécurité civile.

Ainsi, elle doit être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours : d'assurer une protection immédiate, adaptée et permanente pour lui-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants ; d'assurer la transmission de l'alerte au service le plus adapté; de réaliser immédiatement les premiers gestes de secours.

2. CONDITIONS D'ADMISSION

L'unité d'enseignement « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC 1) est accessible à toute personne âgée au minimum de dix ans.

3. ORGANISME DE FORMATION

Seul les organismes de formation répondant aux dispositions de l'arrêté du 8 juillet 1992 modifié relatif aux conditions d'habilitation ou d'agrément pour les formations aux premiers secours, sous réserve qu'ils se conforment aux dispositions ci-après, peuvent être autorisés à délivrer la formation relative à l'unité d'enseignement « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC 1).

4. DURÉE

L'unité d'enseignement « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC 1), lorsqu'elle est dispensée en présentiel, est fixée à une durée minimale de sept heures. Cette unité d'enseignement peut faire appel à des outils de formation ouverte accessible à distance permettant de minorer la durée de formation en présentiel. Toutefois, ces outils ne peuvent se substituer à une phase de formation en présentiel permettant la validation pratique des gestes élémentaires de secours.

5. ENCADREMENT

La formation est dirigée par un responsable pédagogique (formateur, formateur de formateur…) désigné par son autorité d'emploi

Outre ses fonctions de formateur, Il assure, entre autre, la responsabilité de :

- Diriger l'équipe pédagogique sur l'action de formation « PSC 1 »
- Coordonner le dispositif de l'action de formation
- S'assurer du respect de la mise en œuvre des contenus, du scénario et des séquences pédagogiques
- S'assurer de la présence des participants (visa sur une feuille de présence)
- Organiser le contrôle des acquis des formés…

Le ratio d'encadrement pour l'unité d'enseignement «prévention et secours civiques de niveau 1» (PSC 1) est fixé à un maximum de dix stagiaires par formateur pour les phases de formation en présentiel.

6. RÔLE ET RESPONSABILITÉ

- Le participant

L'exigence de compétences que requiert l'activité de « Citoyen de sécurité civile » induit que le participant à la formation « PSC 1 » doit être capable de fournir un investissement important, une motivation forte et une implication totale. Il en va de sa responsabilité.
Dans le même esprit, à partir du moment où un citoyen acteur de sécurité civile obtient une ou des qualifications (ex : PSC 1…), il lui appartient, en sus des formations continues qui sont fortement recommandées, de maintenir son niveau de compétences en continuant une auto formation (par ex : lecture régulière du référentiel national de compétences…). En effet, la formation initiale reçue doit être entretenue.

- L'équipe pédagogique

Pour être autorisé à dispenser l'unité d'enseignement « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC 1), le formateur doit justifier du certificat de compétences de « formateur de premiers secours en équipe » (PAE 1) ou du certificat de compétences de « formateur de prévention et secours civiques » (PAE 3) et satisfaire aux dispositions de l'arrêté du 24 mai 2000 portant organisation de la formation continue des premiers secours.
Conformément à la réglementation, ces formateurs doivent être inscrits sur une liste annuelle départementale d'aptitude de la spécialité et de formateurs spécialisés.
D'autre part, les formateurs doivent connaître et maîtriser parfaitement les référentiels techniques et pédagogiques de l'Ufolep et doit mettre en œuvre toutes ses qualités personnelles, pédagogiques et techniques au service de l'apprentissage pédagogique des participants.

7. DÉROULEMENT DE LA FORMATION

La formation « PSC 1 » est organisée en 4 parties, comportant chacune une ou plusieurs séquences pédagogiques. Cette action de formation présente trois caractéristiques ressortissant d'une pédagogie moderne. En d'autre terme, la formation est modulaire, progressive et intégrée :

- ***Modulaire***, car la pédagogie dispensée repose sur des parties 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 détresse.

Ces différentes parties permettent d'envisager les principales situations qui impliquent les participants (citoyen de sécurité civile), les amenant à réaliser les gestes et les conduites à tenir qu'ils auront à exercer sur le terrain.

- Les étapes de la formation

- Accueil et présentation de la formation des participants.
- 1ère partie : Protection et alerte
  - Protection.
  - Alerte et protection des populations
  - Alerte
- 2ème partie : Victime consciente nécessitant un geste d'urgence
  - Obstruction grave des voies aériennes par corps étranger.
  - Hémorragies externes.
- 3ème partie : Victime inconsciente
  - Perte de connaissance.
  - Arrêt cardiaque.
- 4ème partie : Victime consciente présentant des plaintes nécessitant une CAT adaptée
  - Malaise.
  - Plaies.
  - Brûlure.
  - Traumatisme.
- Evaluations et clôture de la formation.

Afin de réaliser les différentes étapes de la formation « PSC 1 », il est recommandé que les parties soient traitées dans l'ordre indiqué ci-dessus. Toutefois, en fonction du public, les organismes de formation ont la possibilité de modifier l'ordre, en conservant une cohérence de progression pédagogique et technique. Chaque partie doit être animée par le même formateur.

- Scénario pédagogique

Dans le présent référentiel national, l'équipe pédagogique dispose, du scénario pédagogique du « PSC 1 », afin de mener correctement son animation pédagogique.
Il récapitule les éléments indispensables (objectifs, progressions pédagogiques, durées…). Il n'exclue pas l'utilisation de documents, de notes, de conducteurs de formation… de la part de l'équipe pédagogique.

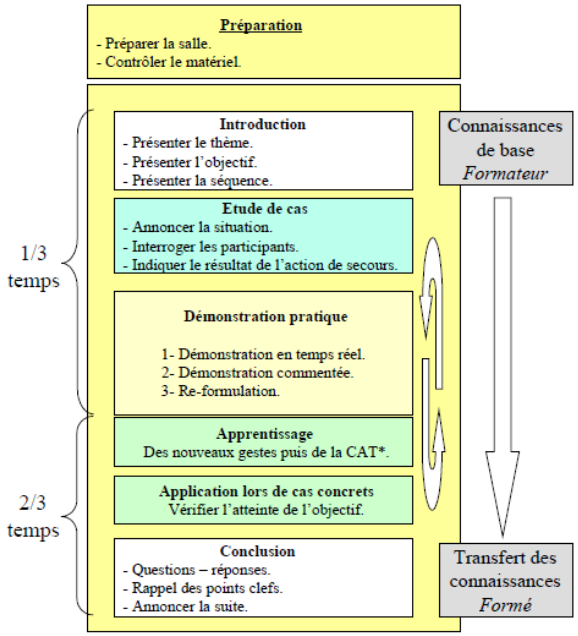
- Techniques pédagogiques

L'enseignement contenu dans le scénario pédagogique « PSC 1 » comporte des apports de connaissances techniques ainsi que des exercices pratiques d'application.

La formation « PSC 1 » est une formation progressive, pratique, où les connaissances nécessaires à la compréhension sont apportées aux cours d'exercices pratiques. Afin de respecter une progression pédagogique facilitant l'acquisition des connaissances au cours de la formation de « Citoyen de sécurité civile », il est nécessaire d'utiliser des activités pédagogiques, regroupant une ou plusieurs techniques pédagogiques suivantes :

- Les techniques qui permettent de faire le point sur les connaissances déjà acquises par les participants et celles qui leur restent à acquérir, en utilisant une **activité de découverte.**
- Les techniques qui permettent d'acquérir les connaissances nécessaires pour porter secours, en utilisant une **activité d'apprentissage.**
- Les techniques qui permettent d'appliquer les connaissances acquises dans un environnement recréé et montrer ainsi l'atteinte de l'objectif pédagogique, en utilisant une **activité d'application.**

Le schéma ci-dessous précise le déroulement de la stratégie pédagogique d'apprentissage pour une action de formation « PSC 1 » :



8. CONTENU DE LA FORMATION

Le guide technique est la référence technique pour le formateur qui doit dispenser un « PSC 1 ».
Le présent guide est la référence des techniques pédagogiques que le formateur doit utiliser lors d'une formation « PSC 1 ».

9. MATÉRIELS PÉDAGOGIQUES

Pour une formation préparant à l'unité d'enseignement « PSC 1 », il convient que les différents acteurs de la formation (formateurs, stagiaires…) disposent des matériels techniques et logistiques situés en « annexe ».

10. ÉVALUATION

- Evaluation du participant

Pour progresser, l'apprenant doit être informé, de façon permanente, par l'équipe pédagogique des résultats de son travail. En ce sens, l'évaluation est, en outre, une méthode qui permet de comparer une situation de départ à une situation d'arrivée
L'évaluation formative a pour objet d'informer l'apprenant, puis le formateur, du degré d'atteinte des objectifs fixés. En d'autres termes, elle permet de vérifier, à l'occasion d'exercices d'application, l'atteinte de l'objectif spécifique et, par conséquent, le degré de progression du stagiaire vers l'objectif général.
L'évaluation formative dans le cadre de l'enseignement du « PSC 1 » peut revêtir différentes formes, du fait qu'elle s'inscrit dans une formation à pédagogie active :

- ♦ Le raisonnement à haute voix de l'apprenant est une des techniques qui permet de s'assurer de la réelle compréhension et élimine la réussite par mimétisme.
- ♦ L'observation de signes par le formateur peut apprécier une incompréhension ou une sensation d'acquiescement de la part de l'apprenant.
- ♦ Le dialogue entre le formateur et le participant.
- ♦ La réalisation pratique des gestes ou des actions est essentielle à la mémorisation. Un participant capable de réaliser une action, en expliquant son objectif et ses points clefs a toutes les chances de se l'approprier et de la mettre en œuvre dans la réalité.

Ce certificat de compétences est délivré, conformément au Mode Opératoire des Formations de Secourisme (cahier des procédures interne aux formations de secourisme), aux personnes qui ont :

- -participé à toutes les phases de la formation.
- -réalisé ou faire réaliser tous les gestes de premiers secours au cours des phases d'apprentissage pratique.
- -participé une fois au moins, comme sauveteur, à une activité d'application.

Le formateur dispose d'un modèle de fiche individuelle de suivi, située en « annexe ».

- Evaluation de la formation

L'Ufolep s'engage dans une démarche de qualité des formations afin de répondre efficacement aux sollicitations du terrain. Pour cela, elle a la volonté de mettre en place des indicateurs d'appréciation et de satisfaction, pour mesurer les niveaux de performance des formations qu'elle élabore et qui sont dispensées sur le territoire.
Ainsi, elle réalise une évaluation de chaque formation PSC 1 :
Le formateur qui conduit une action de formation PSC 1, fait remplir le formulaire ci-après par chaque participant, à la fin de chaque formation, assure une synthèse de ces réponses, et la transmet à son autorité d'emploi.

11. ARCHIVAGE

Il existe en France des règles communes et précises d'archivage et de conservation de documents.
Les archives publiques sont les documents qui procèdent de l'activité des organismes de droit privé chargés de la gestion des services publics ou d'une mission de service public, telles les actions de formation de sécurité civile dispensées par les organismes de formations agréés par le ministère chargé de la sécurité civile.
Sont considérés comme documents administratifs, au sens du présent référentiel, tous dossiers, comptes rendus, procès-verbaux, fiches d'évaluation… qui comportent une interprétation du droit positif ou une description des procédures administratives, avis, prévisions et décisions, qui émanent des organismes de formations agréés pour les formations aux premiers secours. Ces documents peuvent revêtir la forme d'écrits, d'enregistrements sonores ou visuels, de documents existant sur support informatique ou pouvant être obtenus par un traitement automatisé d'usage courant.
Les différentes parties d'un dossier pédagogique de la formation au « PSC 1 » doivent être archivées par l'organisme de formation, tant à titre de justification des droits des personnes physiques ou morales, publiques ou privées, que pour la documentation historique de la recherche.
L'échelon départemental archive :

- les comptes rendus des réunions de son Equipe Pédagogique Départementale.
- les Procès verbaux de formation et les fiches individuelles de suivi.

L'échelon national archive, au travers de son logiciel de formation national :

- les demandes d'ouverture de formation.
- les procès verbaux de formation.
- les numéros de diplômes délivrées.

De plus n'échelon national archivera tous les comptes rendus de réunion de son Equipe Pédagogique Nationale.

Cet archivage permet également l'analyse à posteriori des documents, attestant ainsi la qualité de la formation, et, le cas échéant, de définir le niveau de responsabilité de chaque acteur de la formation.
Le délai de communication est en principe de trente ans à compter de la production du document.

➢ Termes et définitions

Le présent chapitre vise à clarifier les concepts utilisés par les citoyens acteurs de sécurité civile, qui de près ou de loin, ont un rapport avec les formations répertoriées au sein de la Direction de la Défense et de la Sécurité Civiles. Ces termes et définitions sont issus pour certains des normes françaises homologuées AFNOR NF X 50-750 et FD X 50-751.

Acquis
Ensemble des savoirs et savoir-faire dont une personne manifeste la maîtrise dans une activité professionnelle, sociale ou de formation.

Action de formation
Processus mis en œuvre, dans un temps déterminé, pour permettre d'atteindre un niveau de savoirs et/ou de savoir-faire constituant les objectifs pédagogiques de la formation. Au sens légal, les actions de formation financées par les autorités d'emploi se déroulent conformément à un programme. Celui-ci, établi en fonction d'objectifs pédagogiques préalablement déterminés, précise les moyens pédagogiques et d'encadrement mis en œuvre et définit un dispositif permettant d'en suivre l'exécution et d'en apprécier les résultats.

Activité pédagogique
Types d'occupations que peuvent avoir les stagiaires et/ou le formateur. Il existe trois type d'activités pédagogiques :

- Activité de découverte : le stagiaire découvre ce qu'il sait déjà ou ne sait pas.
- Activité de démonstration : le formateur ou un autre émetteur (vidéo…) transmet un savoir.
- Activité d'application : les stagiaires appliquent ce qui vient de leur être démontré.

Apprenant ou stagiaire
Participant à une action de formation. Personne engagée et active dans un processus d'acquisition ou de perfectionnement des connaissances et de leur mise en œuvre.

Apprentissage
C'est une technique pédagogique qui constitue une des phases d'une séquence pédagogique. Dans le cas d'un processus pédagogique (cf. définition ci dessous), l'apprentissage constitue l'ensemble des activités qui permet à une personne d'acquérir ou d'approfondir des connaissances théoriques et pratiques, ou de développer des aptitudes.

Aptitude
Capacité supposée à exercer une activité : tâche à accomplir, emploi à occuper, connaissance à acquérir. La reconnaissance juridique de l'aptitude (certificat d'aptitude, liste d'aptitude…) ouvre l'accès à certains droits : emploi, formation…

Attestation de stage
Document écrit, remis au stagiaire, qui certifie sa participation à une formation.

Attestation des acquis
Document délivré au stagiaire par les dispensateurs de la formation, reconnaissant l'acquisition de capacités, à l'issue de la formation.

Autorité d'emploi
Responsable d'un organisme œuvrant pour la sécurité civile ou président d'une association agréée de sécurité civile, ou son représentant.

Capacité (du stagiaire)
Ensemble de dispositions et d'acquis, constatés chez un individu, généralement formulés par l'expression : être capable de…, qui sont définis par un ou des référentiels nationaux de contenus de formation.

Cas concret
C'est une technique pédagogique qui constitue une des phases d'une séquence pédagogique. Il a pour objet de permettre aux participants de restituer leurs savoirs dans le cadre d'une situation d'accident simulé.

Certification des acquis de la formation
Procédure définissant les conditions de délivrance d'un certificat qui valide les acquis d'une formation.

Certificat de compétences
Document écrit, délivré par une autorité d'emploi dispensatrice de l'action de formation, sous contrôle de l'Etat, reconnaissant au titulaire un niveau de compétences vérifié par une évaluation.

Contrôle de connaissance
Vérification de l'acquisition de savoirs. Ce contrôle peut être oral, écrit ou pratique.

Compétence de sécurité civile
Mise en œuvre, en situation de sécurité civile, de capacités qui permettent d'exercer convenablement une fonction, une activité ou un emploi.

Démonstration pratique
C'est une technique pédagogique qui peut constituer une des phases d'une séquence pédagogique. Elle a pour objet de permettre aux participants d'acquérir un ou plusieurs nouveau(x) savoir(s) et de faciliter leur compréhension.

Emploi de sécurité civile
Ensemble théorique représentant une famille de postes de travail, ayant des caractéristiques communes (missions, activités…), occupés par une ou des personnes : salarié, membre associatif…

Etude de cas
C'est une technique pédagogique qui peut constituer une des phases d'une séquence pédagogique. Elle a pour objet de mesurer le niveau de connaissance des participants face à une nouvelle situation donnée, afin de procurer au formateur une base de travail pour lancer l'acquisition des savoirs.

Evaluation de la formation
Action d'apprécier, à l'aide de critères définis préalablement, l'atteinte des objectifs pédagogiques et de formation d'une action de formation. Cette évaluation peut être faite à des temps différents, par des acteurs différents : stagiaire, formateur, autorité d'emploi…

Evaluation formative
L'évaluation formative a pour objet d'informer l'apprenant, puis le formateur, du degré d'atteinte des objectifs fixés. En d'autres termes, elle permet de vérifier, à l'occasion d'exercices d'application, l'atteinte de l'objectif spécifique, et par conséquent, le degré de progression du stagiaire vers l'objectif général.

Face à face pédagogique
Situation dans lequel le formateur et les apprenants sont présents et en interaction pédagogique.

Filière de formation
Succession ordonnée de niveaux de formation permettant de s'orienter dans un secteur ou une branche professionnelle, en vue d'exercer une activité ou un emploi.

Formateur
Personne exerçant une activité reconnue de formation qui comporte une part de face à face pédagogique et une part de préparation, de recherche et de formation personnelles au service du transfert des savoirs et du savoir-être.

Formateur de formateur
Personne exerçant une activité reconnue de formation de formateur qui comporte une part de face à face pédagogique et une part de préparation, de recherche et de formation personnelles au service du transfert des savoirs et du savoir-être.

Formation continue
Activité ayant pour objet de permettre le maintien des acquis, l'actualisation et le perfectionnement des connaissances et l'acquisition de nouveaux savoirs, des citoyens acteurs de sécurité civile. Elle est obligatoire pour l'exercice des missions de sécurité civile.

Formation initiale
Ensemble des connaissances acquises en tant que stagiaire, avant de pouvoir exercer une activité ou tenir un emploi, dans le cadre du référentiel national « Emplois/Activités » de sécurité civile.

Maintien des acquis
Ensemble des moyens nécessaires mis en oeuvre pour une personne afin de maintenir au plus haut niveau ses compétences résiduelles pour pouvoir continuer dans l'exercice de son emploi ou dans la pratique de son activité de sécurité civile, lorsque celui-ci évolue.

Méthode pédagogique
Ensemble de démarches formalisées et appliquées, selon les principes définis pour que le formé acquière un ensemble de savoirs conformes aux objectifs pédagogiques. Ce sont des principes qui orientent les modalités d'accès aux savoirs : pédagogie active…

Module de formation
Unité faisant partie d'un cursus de formation d'un citoyen acteur de sécurité civile.

Moyen pédagogique
Tout procédé, matériel ou immatériel, utilisé dans le cadre d'une méthode pédagogique : lecture de référentiel, étude de cas, cas concret, utilisation de films, transparents, maquillage, mannequins de simulation…

Niveau de formation
Position hiérarchisée d'un diplôme, d'un titre homologué, d'un certificat de compétences ou d'une formation dans une nomenclature.

Nomenclature nationale de formation des acteurs de la sécurité civile
Structuration du système de référence des compétences des citoyens acteurs de sécurité civile.

Objectif de formation
Compétence(s) à acquérir, à améliorer ou à entretenir, exprimée(s) initialement par les commanditaires et/ou les formés. Il sert à évaluer les effets de la formation.

Objectif général
Enoncé d'intention relativement large. Il décrit la situation qui existera en fin d'action de formation.

Objectif intermédiaire
Enoncé d'intention, plus réduit, intermédiaire entre l'objectif général et les objectifs spécifiques. Il décrit les capacités qu'aura le stagiaire à la fin de la partie concernée en terme de savoir, savoir-faire et savoir-être.

Objectif pédagogique
Capacité(s) que le formé doit avoir acquise(s) à l'issue d'une action de formation, définie(s) par le formateur, à partir d'un objectif de formation. L'objectif pédagogique sert à construire et à conduire l'action de formation, et à évaluer les capacités acquises.

Objectif spécifique
Enoncé d'intention relatif à la modification du comportement de l'apprenant après une séquence pédagogique. Il décrit de façon précise la capacité qu'aura le stagiaire à la fin de la séquence.

Organisation de la formation
Agencement des différentes actions de formations du point de vue matériel et pédagogique.

Organisme de formation
Les organismes habilités et les associations agréées pour enseigner les formations aux premiers secours. Il s'agit également des organismes de formation agréés par le ministre chargé de la sécurité civile, ou son représentant, pour dispenser les formations de sécurité civile.

Outils pédagogiques
Moyens, aides formalisés pour augmenter l'efficacité technique pédagogique.

Partie pédagogique
Elément correspondant au thème travaillé dans le cadre d'un objectif intermédiaire. Elle permet de repérer rapidement le thème traité à tout moment de la formation. Elle est la subdivision du scénario pédagogique.

Pédagogie active
Méthode d'enseignement consistant à faire acquérir au formé des connaissances, des capacités, à son initiative et par son activité propre. La situation pédagogique suggère au formé des questions dont le traitement lui apporte une expérience et un acquis supplémentaires. La pédagogie active prend appui sur la motivation du formé et provoque son désir d'action et d'activité.

Pré requis
Acquis préliminaires, nécessaires pour suivre efficacement une formation déterminée.

Processus pédagogique
Mécanismes, systèmes, modes d'organisation et dispositions pédagogiques, mis en place par un organisme de formation agréé par le ministère chargé de la sécurité civile, permettant à un individu d'acquérir une unité d'enseignement de sécurité civile. Il peut s'agir d'apprentissage, de compagnonnage, d'autoformation, de tutorat, de formation à distance, de formation initiale ou continue…

Programme de formation
Descriptif écrit et détaillé des contenus de formation planifiés. Il respecte une progression pédagogique liée aux objectifs de formation à atteindre.

Public
Qualité et nombre des participants (minimum et maximum).

Reconnaissance des acquis
Prise en considération de l'ensemble des formations et des expériences d'un individu.

Référentiel national de « Missions » de sécurité civile
Le référentiel national de missions de sécurité civile fixe la doctrine opérationnelle, afin de définir les moyens humains et matériels, conduisant à leur modalité d'organisation et à leur mise en œuvre, pour apporter une réponse adaptée à une action de sécurité civile.

Responsable de formation
Chez le dispensateur de formation, personne chargée de la conception, de la mise en œuvre, du suivi et de l'évaluation de l'action de formation.

Savoir
Ensemble des connaissances théoriques et pratiques.

Savoir-être
Terme communément employé pour définir un savoir-faire relationnel, c'est à dire, des comportements et attitudes attendus dans une situation donnée.

Savoir-faire
Mise en œuvre d'un savoir, de techniques et d'une habilité pratique maîtrisée dans une réalisation spécifique.

Scénario pédagogique
Tel une partition de musique, le scénario pédagogique guide le formateur au cours de sa formation. Il récapitule les éléments indispensable (objectifs, progression pédagogique, durées…). Il n'exclut pas les documents, les notes… de la part de l'équipe pédagogique. Il doit être suffisamment précis pour diriger le formateur mais suffisamment simple pour être facilement lisible et accessible. Il est le fruit de la déclinaison de l'objectif pédagogique général de la formation.

Séquence pédagogique
Unité pédagogique élémentaire constitutive d'une partie et permettant d'atteindre un des objectifs fixés par le programme. Elle correspond à toutes les activités et tous les moyens pédagogiques qui se déroulent dans le cadre d'un objectif spécifique.

Session de formation
Période de formation planifiée dans le temps, organisée pour un groupe selon des objectifs correspondant à des besoins collectifs.

Stage
Voir session de formation.

Stagiaire
Voir apprenant.

Support pédagogique
Moyen matériel utilisé dans le cadre d'une méthode pédagogique : transparents, diaporamas, référentiel national, tableau blanc, rétroprojecteur, vidéoprojecteur, mannequins de simulation…

Techniques pédagogiques
Procédés, démarches à suivre selon un certain ordre qui permettent de mettre en œuvre les méthodes pédagogiques. Exemples : Etude de cas, démonstration pratique…
La technique pédagogique répond à une activité pédagogique.

L’Etude de cas
L’Exposé interactif
L’Exposé directif
La démonstration pratique
Démonstration en miroir
Apprentissage
Cas concret

➢ TECHNIQUES PEDAGOGIQUES

➢ Etude de cas

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
ETUDE DE CAS	**Présente** une situation réelle en utilisant si nécessaire une image, une vidéo ... **Demande** aux participants ce que la situation évoque pour eux, et ce qu'ils feraient en pareil cas. Clarifie en précisant : **- les signes,** **- les causes,** **- les risques,** **- le résultat attendu de l'action de secours**	**Ecoute**. **Evoque** son vécu, ses représentations, ses connaissances. **Indique**, avec son expérience et ses connaissances, ce qu'il aurait réalisé.	**Faire le point sur les connaissances acquises et celles qui sont à acquérir.**	3-5 mn

(1) Les durées partielles figurant dans cette colonne sont **indicatives** ; la durée **totale** de chaque module **ne doit pas être dépassée**.

➢ Exposé interactif

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
EXPOSE INTERACTIF	**1 – Introduction** - Lancer l'activité en indiquant son objectif et sa finalité. - Présenter le plan de l'exposé qui se déroule en 3 à 4 temps. Chaque temps est centré sur une question « clé ».	- Écouter.	**Rendre un apport de connaissances participatif pour les apprenants en alternant les séquences « exposé » et « discussion ».**	5-10 mn
	2ème temps - Lancer la discussion à partir de la première question « clé » permettant aux participants d'exprimer les connaissances qu'ils ont sur le sujet. Les questions « clés » sont préalablement préparées. Elles sont ciblées et centrées sur le résultat attendu.	- Écouter et énoncer des idées.	**Explorer les connaissances des apprenants sur un thème donné. Favoriser la confrontation des idées.**	
	3ème temps - En posant des questions, faire développer les idées émises en évitant la transmission directe d'informations. - Valider les connaissances conformes et rectifier les connaissances erronées.	- Développer les idées émises. - Écouter, éventuellement prendre des notes.		
	4ème temps - Compléter si nécessaire et synthétiser les connaissances à l'aide de supports.		**Compléter les connaissances des participants sur un sujet donné.**	
	5 – Synthèse - Effectuer une synthèse en insistant sur les connaissances essentielles.	- Écouter.		

➢ Exposé directif

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
EXPOSE DIRECTIF	**Lancer l'activité** en indiquant son objectif et sa finalité. Présenter le plan de l'exposé.	Ecoute	**Apporter des connaissances.**	1 mn
	Réaliser l'exposé en **3 à 4 parties**, chaque partie étant centrée sur une question ou un thème.	Ecoute	**Technique pédagogique simple permettant d'apporter des connaissances à un grand groupe**	2-3 mn
	Proposer aux participants de poser des questions. Répondre aux questions	Pose des questions Ecoute les réponses		2 mn
	Résumer l'exposé en le centrant sur les points importants.	Ecoute		1 mn
	Conclure en liant l'exposé avec la suite de la formation.	Ecoute		1 mn

➢ Démonstration pratique

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
Démonstration Pratique 1- Démonstration en temps réel.	**Présenter** toute la CAT comme elle est réalisée en réalité, sans commentaire. Si la démonstration se réduit à un seul geste de secours, il est essentiel que ce dernier soit précédé du geste d'examen qui conduit à le réaliser.	Observe	**Acquérir le « savoir ».** **« J'apprends quand je vois ».**	3 mn
2- Démonstration commentée et justifiée.	**Demander** aux participants d'identifier les principales étapes de la CAT.	Réponds à la question	**Identifier les étapes de la conduite à tenir.**	5 mn
	Montrer lentement le/les geste (s) de secours nouveau(x) en indiquant le comment et le pourquoi et en justifiant les points clefs de la technique	Observe et écoute	**Identifier le geste nouveau.** **« J'apprends quand je vois et j'entends ».**	
3- Re-formulation.	**Refaire** le(s) geste(s) guidé par un participant et répond aux questions	Guide le formateur et peut l'interroger.	**« J'apprends quand je dis ».**	2 mn

➢ Démonstration en miroir

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
Démonstration en miroir	**Demander** de se regrouper par 2 ou 3 : - un participant joue le rôle du sauveteur, - un participant joue le rôle de la victime (sauf si un mannequin est nécessaire), - le dernier observe et évalue l'action. **Montrer** lentement le/les geste (s) de secours nouveau(x) en indiquant le comment et le pourquoi et en justifiant les points clefs de la technique. **S'assurer** de la réalisation correcte des gestes.	Passe successivement comme sauveteur, victime et « évaluateur ». Observe, écoute et réalise le/les geste(s) nouveau(x). Questionne.	**« J'apprends quand j'entends et je fais ».**	5-7 mn

S'assurer que tous les participants ont réalisés le geste

➢ Apprentissage

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
Apprentissage	**Demander** aux participants de refaire le/les nouveau(x) geste(s), puis l'ensemble de la CAT. Pour cela, leur demander de se regrouper par 2 ou 3 : - un participant joue le rôle du sauveteur, - un participant joue le rôle de la victime (sauf si un mannequin est nécessaire), - le dernier observe et évalue l'action.	Refait le ou les gestes nouveau(x). Passe successivement comme sauveteur, victime et « évaluateur ».	**Acquérir le « savoir-faire »** **« J'apprends quand je dis et je fais ».**	10-15 mn

Possibilité d'utiliser la technique de l'apprentissage en multi poste..

➢ Cas concret

Technique	Comment ?		Finalité	Durée (1) indicative
	Formateur	Formé		
Cas Concret	**Mettre** le participant en situation de sauveteur. **Recréer** un environnement et demande au participant de mettre en œuvre la conduite à tenir. **Evaluer** la prestation du participant en insistant sur les points clés.	Réalise la totalité de la conduite à tenir en tenant compte de l'environnement dans lequel la situation est jouée. Analyse sa prestation avec le formateur et les autres participants.	**Acquérir le « savoir-être ».** **Permet de vérifier l'atteinte de l'objectif pédagogique et la finalité du geste.**	5-6 mn par cas

➢ SCENARIO PEDAGOGIQUE

➢ Partie 1 : PROTECTION et ALERTE

Objectif intermédiaire 1 : **PROTECTION**

A la fin de cette partie vous serez capable de supprimer ou écarter un danger pour assurer votre protection, celle de la victime ou des autres personnes et de réaliser un dégagement d'urgence d'une victime exposée à un danger que vous ne pouvez pas supprimer

Objectif intermédiaire 2 : **ALERTE ET PROTECTION DES POPULATIONS**

A la fin de cette partie vous serez capable d'identifier les signaux d'alerte aux populations et indiquer les mesures de protection à prendre pour vous et votre entourage.

Objectif intermédiaire 3 : **ALERTE**

A la fin de cette partie vous serez capable de transmettre au service de secours d'urgence adapté les informations nécessaires à son intervention après avoir observé la situation.

➢ Partie 2 : VICTIME CONSCIENTE NECESSITANT UN GESTE D'URGENCE

Objectif intermédiaire 1 : **OBSTRUCTION GRAVE DES VA PAR UN CORPS ETRANGER**

A la fin de cette partie vous serez capable d'identifier l'obstruction des voies aériennes totale ou partielle, de réaliser l'enchainement des techniques qui permettent d'obtenir une désobstruction aigue des voies aériennes et d'indiquer la conduite à tenir face à une obstruction partielle.

Objectif intermédiaire 2 : **HEMORRAGIES EXTERNES**

A la fin de cette partie vous serez capable d'identifier une hémorragie, de réaliser une compression directe de l'endroit qui saigne ou de poser un garrot en vous protégeant si possible et de choisir le geste et/ou la position la plus adaptée pour éviter l'aggravation d'une victime qui saigne du nez ou bien qui vomit ou crache du sang

➢ Partie 3 : VICTIME INCONSCIENTE

Objectif intermédiaire 1 : **PERTE DE CONNAISSANCE**

A la fin de cette partie vous serez capable d'identifier une victime qui présente une perte de connaissance et de maintenir libres ses voies aériennes.

Objectif intermédiaire 2 : **ARRET CARDIAQUE**

A la fin de cette partie vous serez capable d'identifier une victime en arrêt cardiaque, de mettre en œuvre une réanimation cardio-pulmonaire et réaliser en toute sécurité une défibrillation automatisée externe

➢ Partie 4 : VICTIME CONSCIENTE PRESENTANT DES PLAINTES NECESSITANT UNE CAT ADAPTEE

Objectif intermédiaire 1 : **MALAISE**

A la fin de cette partie vous serez capable d'identifier les signes qui imposent un avis médical du Samu-Centre 15, face à une victime qui présente un malaise

Objectif intermédiaire 2 : **PLAIES**

A la fin de cette partie vous serez capable reconnaitre la gravité d'une plaie et d'adopter une conduite à tenir adaptée à la gravité de la plaie

Objectif intermédiaire 1 : **BRULURES**

A la fin de cette partie vous serez capable de reconnaitre la gravité et la nature d'une brûlure d'adopter une conduite à tenir adaptée à la brûlure

Objectif intermédiaire 2 : **TRAUMATISME**

A la fin de cette partie vous serez capable d'éviter toute mobilisation d'une victime d'un traumatisme des os et des articulations en attendant les secours

Lancement de la formation
Protection
Alerte et protection des populations
Alerte
Obstruction des voies aériennes par un corps étranger
Hémorragie externe
Perte de connaissance
Arrêt cardiaque
Malaise
Plaie
Brûlure
Traumatisme

➢ LES SEQUENCES PEDAGOGIQUES

Lancement de la formation

➢ **Durée :** 0h10

➢ **Objectif**

Présenter les objectifs de la formation et prendre connaissance des motivations des participants.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Echange	10 mn	- Rétroprojecteur ou vidéoprojecteur	Avoir au préalable préparé la salle et installé les chaises pour l'accueil des participants. - **Souhaiter la bienvenue** aux participants, les remercier de consacrer du temps à cette action citoyenne visant à apprendre les gestes de premiers secours. - **Se présenter**, en qualité de formateur/trice de l'Ufolep, - **Présenter les locaux** dans lesquels la formation va se dérouler (salle de formation, toilettes, divers accès). - **Présenter la formation** : - durée - différentes parties - alternance entre les apports théoriques et la pratique - utilisation de matériel (mannequins, maquillage, …) - le principe de l'évaluation **- Indiquer la finalité de la formation** : faire acquérir à tous les compétences nécessaire à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours. - **Demander à chaque participant (e)** de se présenter (nom, prénom, activité) et d'indiquer les raisons pour lesquelles il a décidé de suivre cette formation.

Partie 1

La Protection

« Afin d'éviter toute exposition à un danger qui pourrait lui être préjudiciable et compromettre son action de secours, le sauveteur doit tout mettre en œuvre pour assurer sa sécurité, celle de la victime et des tiers ».

➢ **Durée :** 0h10

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- de supprimer ou écarter un danger pour assurer votre protection, celle de la victime ou des autres personnes
- de réaliser un dégagement d'urgence d'une victime exposée à un danger que vous ne pouvez pas supprimer
- de réagir devant une attaque terroriste ou une situation de violence
- d'adapter sa conduite en période épidémique de maladie à transmission respiratoire

➢ **Critères de réussite :**

- Identifier les risques pour lui-même, la victime et les tiers
- Proposer des actions de protection efficaces

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	4 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches photographiques	**<u>1er temps :</u>** **Présenter plusieurs situations d'accidents**, illustrées par des photographies, ou vidéos, où un danger apparent et contrôlable, menace la victime et des tiers. Choisir les exemples en fonction du public de la formation : accident du travail dans une entreprise, accident domestique dans le cadre de la vie quotidienne, accident de loisirs… Faire préciser les principales **causes** des dangers, les **conséquences** et **l'objectif de l'action de secours**. A l'aide de ces exemples, faire découvrir la démarche de l'action du sauveteur face à un danger persistant. **o Repérer le danger « Existe t-il un danger, et où est-il ? »** **o Identifier les personnes exposées « Qui est exposé au danger ? »** **o Le danger est-il contrôlable sans risque pour le sauveteur ?** **« Avec quoi et avec qui assurer la protection des personnes exposées ?»** **o Mettre en œuvre la protection : contrôle du danger, écarter les personnes exposées, balisage…**
	4 mn		**<u>2° temps :</u>** **Présenter une ou plusieurs situations où le danger ne peut être supprimé**. Faire découvrir l'objectif de l'action de secours. Insister sur les circonstances qui conduisent le sauveteur à réaliser un dégagement d'urgence. (Danger réel, immédiat et vital)
	1 mn,		**<u>3° temps :</u>** **Indiquer que faire face à une attaque terroriste ou une situation de violence,** le sauveteur devra appliquer les consignes nationales éditées par le Ministère de l'intérieur. Indiquer (présenter) qu'il existe des affiches dans tous les lieux publics qui décrivent la conduite à tenir.
	1 mn,		**<u>4° temps :</u>** **Indiquer que faire en période épidémique**

Partie 1

Alerte et Protection des Populations

« La diffusion d'un signal d'alerte est destinée à prévenir la population de la présence d'un danger et impose la mise en œuvre de mesures de protection simples et efficaces ».

➢ **Durée :** 0h05

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'identifier les signaux d'alerte aux populations et indiquer les mesures de protection à prendre pour vous et votre entourage.

➢ **Critères de réussite :**

- Reconnaitre les signaux d'alerte aux populations
- Décrire la conduite à tenir adaptée : se mettre à l'abri - se confiner - s'informer

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Exposé	3 mn	- Bande sonore	**Faire écouter** les différents signaux d'alerte aux populations. **En groupe**, rechercher les différentes mesures à prendre.
Exposé	2 mn		Présenter les mesures barrières et de distanciation physique

Partie 1

Alerte

« La transmission de l'alerte permet la mise en œuvre la plus rapide possible des moyens de secours les plus adaptés ».

➢ **Durée :** 0h10

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- de transmettre au service de secours d'urgence adapté les informations nécessaires à son intervention après avoir observé la situation

➢ **Critères de réussite :**

- Choisir le moyen d'appel pour prévenir les secours les plus adaptés
- Transmettre aux services de secours les informations pertinentes, après avoir observé la situation
- Répondre aux questions, appliquer les consignes et raccrocher sur instruction des secours

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Exposé interactif	10 mn	- Tableau blanc ou paper board - Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	**Indiquer** les objectifs de la partie «Alerte » . <u>- Question 1 à poser aux participants</u> : **Avez-vous déjà appelé les secours, si oui avec quoi avez-vous appelé ?** En vous appuyant sur le vécu des participants, faire émerger les différents moyens qui peuvent être utilisés pour alerter les secours. Valider les connaissances conformes, rectifier les connaissances erronées et compléter si nécessaire. <u>- Question 2 à poser aux participants</u> : **Quels numéros d'urgence pouvons nous appeler ?** En vous appuyant sur le vécu des participants, faire émerger les différents numéros qui peuvent être utilisés et la nature des secours concernés. Valider les connaissances conformes, rectifier les connaissances erronées et compléter si nécessaire. <u>- Question 3 à poser aux participants</u> : **Quelles informations devons nous transmettre aux services de secours ?** En vous appuyant sur le vécu des participants, faire émerger la nature des informations à transmettre aux services de secours. Valider les connaissances conformes, rectifier les connaissances erronées et compléter si nécessaire. A l'aide d'un support pédagogique, **faire la synthèse**, en insistant sur : - la nécessité d'évaluer la situation avant d'appeler - la mise en place d'un échange avec l'operateur qui va guider le sauveteur - l'importance de raccrocher uniquement sur instruction de l'opérateur

Partie 2

Obstruction brutale des voies aériennes par corps étranger

« Débloquer un corps étranger permet de restaurer le libre passage de l'air dans les VA et éviter la survenue d'un arrêt cardiaque ».

➢ **Durée :** 0h25

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'identifier l'obstruction brutale des voies aériennes complète ou partielle
- réaliser l'enchainement des techniques qui permettent d'obtenir une désobstruction des voies aériennes
- d'indiquer la conduite à tenir face à une obstruction partielle

➢ **Critères de réussite :**

- Reconnaitre les signes d'une obstruction grave ou partielle
- Mimer les 5 claques : entre les deux omoplates avec le talon de la main ouverte
- Mimer les 5 compressions : abdominales chez l'adulte / thoraciques chez le nourrisson, et en cas d'impossibilité d'entourer l'abdomen de l'adulte.
- Demander un avis médical

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	3 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Présenter une situation d'étouffement, illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo, où un danger apparent et contrôlable, menace la victime. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'une obstruction totale des voies aériennes, - Identifier **les causes** d'une obstruction totale des voies aériennes, - Indiquer **le risque** pour la victime, - Préciser **le résultat à atteindre**.
Démonstration en temps réel (claques dans le dos)	1 mn	- Téléphone	Montrer l'ensemble de la conduite à tenir, sans commentaire, comme dans la réalité, à partir du moment où l'obstruction survient. Dans cette 1ère démonstration, montrer que la première série de 5 claques dans le dos est efficace (l'aide d'un assistant de formation est conseillée pour assurer le rôle de la victime qui ne respire plus).
Démonstration Commentée et Justifiée **OU** **Démonstration en miroir** (Claques dans le dos + compressions abdominales) **Reformulation**	6 mn	- Téléphone	Insister sur les signes qui permettent de reconnaître l'obstruction totale des voies aériennes. **Pour éviter tout accident, ne pas réaliser réellement les claques dans le dos et les compressions abdominales.** - Expliquer pourquoi les claques dans le dos peuvent provoquer la désobstruction des voies aériennes. Indiquer comment réaliser les claques dans le dos en remontrant le geste. Indiquer que cette position change pour la victime que l'on peut basculé sur la cuisse du sauveteur. - Indiquer que, parfois, les claques dans le dos sont inefficaces et qu'il faut alors faire des compressions de l'abdomen pour déboucher les voies aériennes. - Expliquer comment réaliser le geste, et pourquoi la compression abdominale provoque la désobstruction des voies aériennes. - La désobstruction sera suivie de la demande d'un avis médical.
Apprentissage	5 mn		Préciser aux participants de mimer les claques dans le dos et les compressions abdominales et de ne pas les réaliser réellement.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Démonstration Commentée et Justifiée (nourrisson - Impossibilité d'entourer l'abdomen) **Reformulation**	3 mn	Mannequin nourrisson	Préciser et expliquer pourquoi les gestes de désobstruction sont différents chez le nourrisson. Montrer l'enchainement des techniques sur un mannequin nourrisson et insister sur : - La position du nourrisson ; - La technique de compression sternale. Indiquer que dans les cas ou il est impossible d'entourer l'abdomen de la victime on réalisera : - La technique de compression sternale.
Apprentissage	5 mn	Mannequin nourrisson	Les participants doivent faire, à tour de rôle sur un mannequin nourrisson, la séquence de désobstruction des voies aériennes. Le geste des compressions thoraciques sur l'adulte seront mimées.
Exposé directif	2 mn		Indiquer dans quel cas nous pratiquerons une technique de désobstruction sur une victime qui présente un étouffement partiel Préciser la conduite à tenir, et indiquer que si l'obstruction devient totale, il convient d'appliquer la conduite à tenir adaptée.

Partie 2

Hémorragies externes

« En comprimant la plaie qui saigne abondamment, la compression locale (ou le garrot) arrête le saignement et limite les conséquences de l'hémorragie externe ».

➢ **Durée :** 0h40

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'identifier une hémorragie
- faire réaliser ou réaliser une compression directe de l'endroit qui saigne ou de poser un garrot en vous protégeant si possible
- de choisir le geste et/ou la position la plus adaptée pour éviter l'aggravation d'une victime qui saigne du nez ou bien qui vomit ou crache du sang

➢ **Critères de réussite :**

- Comprimer directement l'endroit qui saigne en interposant, si possible, une épaisseur de tissu propre recouvrant complètement la plaie
- Allonger ou demander à la victime de s'allonger.
- Se libérer, si nécessaire, en remplaçant la main qui comprime par un pansement compressif , ou en posant un garrot. La substitution est rapide, et la compression est permanente.
- Donner ou faire donner l'alerte.
- Surveiller l'arrêt du saignement et parler à la victime.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	3 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches ou vidéo	Présenter une situation d'hémorragie externe, illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo, où un danger apparent et contrôlable, menace la victime. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'une hémorragie externe, - Identifier **les causes** d'une hémorragie externe, - Indiquer **le risque** pour la victime, - Préciser **le résultat à atteindre**.
Démonstration en temps réel (compression manuelle)	2 mn	- Téléphone - Maquillage	<u>Compression manuelle</u> Montrer l'ensemble de la conduite à tenir, sans commentaire, comme dans la réalité. Une victime simulera une hémorragie externe. Votre démonstration débutera de l'action de protection jusqu'à l'arrivée (simulée) des secours qui auront été prévenus par le sauveteur (portable dans la poche).
Démonstration en miroir	5 mn	- Téléphone - Tapis	<u>Compression manuelle + pansement compressif</u> Préciser que la compression directe, avec la main, de la plaie qui saigne, est la technique la plus simple et la plus efficace pour arrêter un saignement. Néanmoins, il est préférable de prendre des précautions et de se protéger si possible, la main avec un gant ou un film plastique, pour limiter la transmission de maladies infectieuses par le sang. Indiquer que le sauveteur remplace la compression manuelle par un pansement compressif s'il doit se libérer (alerte) et s'il a le matériel nécessaire. Indiquer les principes de mise en place d'un pansement compressif.
Démonstration en miroir	7 mn	- lien de toile + barre - 1 garrot industriel	<u>Garrot</u> Indiquer et montrer les principes de mise en place d'un garrot (improvisé et industriel). Cette technique est utilisée lorsque la compression directe est inefficace ou impossible.
Reformulation	5 mn		Faire reformuler les 3 techniques (compression manuelle, pansement compressif, garrot)
Apprentissage	17 mn	- Tapis	Demander aux participants de réaliser les gestes (compression manuelle, pansement compressif, garrot) qui leur ont été démontrés. Avant de passer à l'activité suivante, demander aux participants de réaliser l'ensemble de la CAT, associant compression directe avec la main puis, relais par un pansement compressif.
Exposé directif	3 mn		Montrer le geste à réaliser sur soi-même pour arrêter un saignement de nez. Indiquer les actions que le sauveteur doit réaliser s'il se trouve en présence : • d'une victime qui vomit ou crache du sang ; • d'une victime qui perd du sang par un orifice naturel (sauf le nez) de façon inhabituelle.

Partie 2

CAS CONCRETS DE SYNTHESE Partie 2

➢ **Durée :** 0h30

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Cas concret	30 mn	- Matériel de proximité - Maquillage - Mannequins Fiches de cas concrets	Envisager successivement et au minimum : - 1 cas sur l'étouffement ; - 2 cas sur l'hémorragie externe, dont au minimum 1 avec une compression manuelle efficace. Utiliser et faire référence à un schéma général de l'action de secours.

Partie 3

Perte de connaissance

« La liberté des voies aériennes est indispensable pour maintenir la respiration de la victime et assurer sa survie ».

➢ **Durée :** 0h30

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'identifier une victime qui présente une perte de connaissance
- de maintenir libres les voies aériennes d'une victime qui a perdu connaissance et qui respire en attendant l'arrivée des secours

➢ **Critères de réussite :**

- Apprécier l'état de conscience de la victime
- Libérer les voies aériennes
- S'assurer de la présence de la ventilation chez la victime
- Installer la victime en position la plus latérale possible, sur le côté et en position stable, permettant un accès à ses voies aériennes
- Alerter ou faire alerter un service d'urgence.
- Contrôler la respiration de la victime en attendant l'arrivée des secours.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	3 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches - Coupe de tête	Présenter une situation , illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo, où une personne à perdu connaissance mais respire. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'une perte de connaissance , - Identifier **les causes** d'une perte de connaissance, - Indiquer **le risque** pour la victime, - Préciser **le résultat à atteindre**.
Démonstration en temps réel	2 mn	- Téléphone - Couverture	Montrer l'ensemble de la conduite à tenir, sans commentaire, comme dans la réalité, à partir du geste de protection jusqu'à l'arrivée (simulée) des secours.
Démonstration Commentée et Justifiée **OU** **Démonstration en miroir** **Reformulation**	10 mn	- Téléphone - coupe de tête - couverture	Le formateur **explique et justifie** comment : - apprécier la perte de connaissance, - assurer la liberté des voies aériennes d'une victime, - apprécier sa respiration - installer la victime en PLS. Utiliser une coupe de tête pour montrer l'effet sur les voies aériennes de ce geste de secours. **Insister** sur le contrôle de la présence de la respiration, indispensable avant la mise sur le côté, et sur les objectifs de la mise en PLS, plus que sur la technique proprement dite. Indiquer qu'en cas d'évènement traumatique, la victime sera laissée dans sa position.
Apprentissage	15 mn	- Tapis	Le sauveteur doit refaire l'un après l'autre les gestes qui lui ont été démontrés : apprécier la perte de connaissance, basculer la tête de la victime en arrière, élever son menton, apprécier la respiration et mettre en PLS. La démonstration commentée et l'apprentissage de la CAT peuvent éventuellement être scindés en 2 séquences, en fonction du public et des habitudes du formateur : - 1ère séquence : Démonstration commentée, puis apprentissage d' « apprécier la conscience » jusqu'à « apprécier la respiration » ; - 2ème séquence : Démonstration commentée puis apprentissage de la « mise en PLS ». A l'issue de la 2ème séquence, demander aux participants de refaire la totalité de la conduite à tenir devant une victime inconsciente qui ventile. Indiquer que pour le nourrisson, ce dernier sera mis sur le coté, dans les bras du sauveteur le plus souvent

Partie 3

Arrêt cardiaque

« Dans l'attente des secours publics, le sauveteur doit, devant une victime qui a perdu connaissance, qui ne respire pas, la maintenir artificiellement en vie en réalisant une respiration et une circulation artificielle et mettre en œuvre, dés que possible, un DAE pour favoriser la reprise d'une activité cardiaque ».

➢ Durée : 1h45

➢ Objectif

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'identifier une victime en arrêt cardiaque
- de mettre en œuvre une réanimation cardio-pulmonaire et réaliser en toute sécurité une défibrillation automatisée externe

➢ Critères de réussite :

- Identifier l'arrêt cardiaque
- Alerter ou faire alerter les secours et demander un DAE.
- Réaliser des compressions thoraciques associées à des insufflations :
  - o Les compressions thoraciques sont profonde de 5 à 6 cm et réalisées au centre de la poitrine
  - o Le temps de compression est égal au temps de relâchement
  - o La fréquence des compressions est comprise entre 100 et 120 fois par minute
  - o Les insufflations sont progressives et entraînent un début de soulèvement visible de la poitrine (5 secondes maximum pour ne pas retarder la reprise des compressions thoraciques)
  - o Le rapport compressions thoraciques / insufflations est de 30/2 chez l'adulte et de 15/2 chez l'enfant et le nourrisson (avec 5 insufflations starter)
- Mettre en œuvre, sans délai, le défibrillateur automatisé externe :
  - o Poursuivre la RCP pendant la mise en œuvre du DAE par un témoin
  - o Respecter les recommandations de l'appareil.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Exposé directif	5 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Présenter la situation de la victime qui ne respire plus et un DAE est à proximité. Indiquer les conséquences qui justifient l'action de secours. Présenter la « chaîne de survie ». Indiquer le résultat à atteindre pour pouvoir évaluer l'action de secours : - Maintenir la RESPIRATION ET LA CIRCULATION de la victime pour éviter l'aggravation. - Mettre en œuvre, le plus précocement possible, le DAE pour favoriser la reprise de la circulation de la victime.
Démonstration en temps réel	5 mn	- Mannequin adulte - DAE + accessoires - Tapis	En jouant le rôle du sauveteur, le formateur montre l'ensemble de l'action attendue du sauveteur devant une victime ayant perdu connaissance qui ne respire pas. Le DAE est apporté par le témoin après que la RCP ait débuté. L'appareil propose au moins 1 choc efficace. La démonstration sera stoppée à la seconde analyse du rythme cardiaque par le DAE (2mn).
Démonstration Commentée et Justifiée **OU** **Démonstration en miroir** **Reformulation**	10 mn	- Mannequin adulte - Tapis	La démonstration, l'apprentissage de la CAT sont réalisés en 2 séquences pour faciliter l'apprentissage. - 1ère séquence : COMPRESSIONS THORACIQUES + INSUFFLATIONS Protéger, constater la perte de connaissance, appeler « A l'aide ! », mettre à plat dos si besoin, libérer les voies aériennes, constater l'arrêt respiratoire (ou La respiration agonique), faire alerter par un témoin, demander un DAE et débuter la RCP. Commenter et insister sur la constatation de **l'absence de respiration** et les points clés des **compressions thoraciques** et des **insufflations**. Indiquer que la suite sera envisagée ultérieurement.
Apprentissage	20 mn	- Mannequins adultes - Tapis	Les participants doivent tous refaire la séquence démontrée. Placer les participants à 2 ou 3 par mannequin.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Démonstration Commentée et justifiée	10 mn	- Mannequins adultes - DAE + accessoires	<u>- 2° séquence</u> : LE D.A.E Présenter le DAE : - son rôle et où on peut le trouver - de quoi il est composé Insister sur les gestes techniques et la CAT définis dans le Guide Technique PSC1
Apprentissage	20 mn	- Mannequins adultes - DAE + accessoires - Tapis	Les participants doivent tous refaire la séquence démontrée. Placer les participants à 2 ou 3 par mannequin + DAE. En fonction du nombre de participants et du temps disponible, on peut envisager de demander aux participants de refaire la séquence complète (associant les 3 séquences démontrées).
Exposé directif	5 mn	- Mannequin adulte - Tapis	Indiquer les risques et les contraintes : - Le ventre et la poitrine de la victime ne se soulèvent pas lors des insufflations ; - La victime présente un timbre autocollant médicamenteux sur sa poitrine ; - Le sauveteur constate une cicatrice sur la victime et perçoit un boîtier sous la peau à l'endroit où il doit poser l'électrode, sous la clavicule droite, - La victime est allongée sur une surface métallique ; - La victime est allongée dans l'eau ; - Au cours de l'analyse ou du choc, le DAE détecte un mouvement ; - Après avoir collé et connecté les électrodes au DAE, l'appareil demande toujours de les connecter.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Démonstration Commentée et justifiée	10 mn	- Mannequins enfants et nourrissons - DAE + accessoires	Détailler le bouche-à-bouche-et-nez chez le nourrisson et indiquer que chez l'enfant, les techniques de ventilation artificielle sont les mêmes que chez l'adulte. Montrer et expliquer les compressions thoraciques : - chez l'enfant, avec une ou deux mains. - chez le nourrisson, avec 2 doigts. Indiquer que : - la RCP débute par 5 insufflations stater - le rapport compressions/insufflation : 15/2. Insister sur la recherche de la zone d'appui chez le nourrisson. Préciser que le DAE doit être réalisée avec des appareils adaptés, mais en qu'en l'absence d'un DAE adapté, un DAE adulte peut être utilisé.
Apprentissage	20 mn	- Mannequins - DAE + accessoires - Tapis	Faire deux groupes de 4 à 5 participants (un groupe avec un mannequin nourrisson l'autre avec un mannequin enfant). Leur demander à tour de rôle de réaliser les gestes démontrés.

Partie 3

CAS CONCRETS DE SYNTHESE Partie 3

➢ **Durée :** 0h30

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Cas concret	30 mn	- Matériel de proximité - Maquillage - Mannequins - DAE + accessoires Fiches de cas concrets	En fonction de l'objectif à atteindre, utiliser une personne ou un mannequin pour simuler une victime inconsciente. En donnant des consignes à la victime, placer le participant qui joue le rôle du sauveteur devant une victime inconsciente qui respire ou qui ne respire pas. A la fin de ces deux dernières parties, il est indispensable d'avoir réalisé des cas concrets sur : - Une victime inconsciente qui respire ; - Une victime inconsciente qui ne respire pas. Envisager des cas avec DAE immédiatement ou secondairement disponible.

Partie 4

Le Malaise

« Afin de demander un avis médical, le sauveteur doit pouvoir informer correctement le médecin des troubles observés ou exprimés par la victime ».

➢ **Durée :** 0h20

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'identifier les signes qui imposent un avis médical du Samu-Centre 15, face à une victime qui présente un malaise.
- de savoir réaliser les manœuvres physiques

➢ **Critères de réussite :**

- Proposer immédiatement la mise au repos
- Les questions essentielles sont posées à la victime : « Quel est votre âge ? - Depuis combien de temps ? - Est ce la première fois ? Prenez-vous des médicaments ? - Avez-vous été hospitalisé ? »
- Demander sans attendre un avis médical et retransmettre de façon précise ce qui a été observé et entendu.
- Respecter les recommandations données par les secours médicalisés.

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	3 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Présenter une situation de malaise, illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'un malaise, - Identifier **les causes** d'un malaise, - Indiquer **le risque** pour la victime, - Préciser **le résultat à atteindre**.
Démonstration en temps réel	2 mn	- Tapis de sol	Indiquer aux participants que plusieurs situations de malaise peuvent être rencontrées. Les principales seront envisagées dans la formation pour leur possible gravité. En jouant le rôle du sauveteur, le formateur montre l'ensemble de l'action attendue du sauveteur devant une victime consciente qui présente **une douleur serrant la poitrine**. Cette présentation peut éventuellement être montrée en vidéo.
Démonstration Commentée et justifiée	10 mn	- Outils pédagogiques (flanelo-pictos) - Tapis	Expliquer et justifier que les différentes étapes de la conduite à tenir sont toujours les mêmes et nécessitent aussi le recours à une structure médicalisée pouvant intervenir rapidement.
Reformulation			Les pathologies suivantes imposent une prise en charge urgente : - accident cardiaque - accident vasculaire cérébral (AVC) Insister sur la conduite à tenir
Démonstration En miroir	5 mn		Cas particuliers : - prévention des malaises vagaux - malaises provoqués par la chaleur

Partie 4

Les Plaies

« Le sauveteur doit identifier une plaie et mettre en œuvre des gestes de secours afin d'éviter une aggravation ».

➢ **Durée :** 0h20

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :
- de reconnaitre la gravité d'une plaie
- d'adopter une conduite à tenir adaptée à la gravité de la plaie

➢ **Critères de réussite :**

- Identifier la gravité de la plaie
- Proposer une position d'attente adaptée à la localisation de la plaie
- Alerter ou faire alerter les secours
- Continuer à parler régulièrement à la victime

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	5 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Présenter une situation de **plaie grave**, illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'une plaie grave, - Identifier **les causes** d'une plaie grave, - Indiquer **le risque** d'une plaie grave, - Préciser **le résultat à atteindre**. Si possible, amener les participants à dire que toutes les plaies n'ont pas la même gravité.
Démonstration En miroir **Reformulation**	10 mn	- Outils pédagogiques (flanelo-pictos) - Tapis - Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Indiquer aux participants que, quelle que soit la localisation d'une plaie grave, la conduite à tenir est toujours identique, mais que deux localisations de la plaie nécessitent une position d'attente différente de la position horizontale. Le formateur montre l'action attendue du sauveteur face à une victime consciente (les apprenants font au fur et à mesure) : - qui présente une plaie du thorax. - qui présente une plaie de l'abdomen - qui présente une plaie à l'œil - toute autre localisation d'une plaie grave
Démonstration commentée et justifiée OU Exposé interactif	5 mn	- Eau / savon / antiseptique / compresses / pansement	Le formateur montre ou explique aux participants, les différents gestes à réaliser devant une victime qui présente une plaie simple. Insister sur le minimum nécessaire, le lavage des mains du sauveteur, le lavage de la plaie à l'eau et au savon et les conseils à donner à la victime.

Partie 4

Les Brûlures

« En refroidissant une brûlure, le sauveteur limite l'aggravation. En observant la victime et en transmettant les caractéristiques d'une brûlure, il permet au médecin d'en apprécier la gravité ».

➢ **Durée :** 0h15

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :
- de reconnaitre la gravité et la nature d'une brûlure
- d'adopter une conduite à tenir adaptée à la brûlure

➢ **Critères de réussite :**

- Identifier la gravité de la brûlure
- Décrire la conduite à tenir adaptée en fonction de la gravité de la brûlure
- Surveiller la victime ou demander un avis médical

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	3 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Présenter une situation de **brûlure grave**, illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'une brûlure grave, - Identifier **les causes** d'une brûlure grave, - Indiquer **le risque** d'une brûlure grave, - Préciser **le résultat à atteindre**. Si possible, amener les participants à dire que toutes les brûlures n'ont pas la même gravité.
Démonstration en temps réel	2 mn	- Tapis de sol - couverture - Maquillage - Point d'eau	En jouant le rôle du sauveteur, le formateur montre l'ensemble de l'action attendue du sauveteur devant une victime consciente qui présente une brûlure grave.
Démonstration Commentée et justifiée **Reformulation**	5 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches - Supports péda. - Point d'eau	Montrer et expliquer la conduite à tenir devant une brûlure étendue. En fin de démonstration, indiquer que, si la brûlure n'est pas étendue, elle doit être refroidie de la même façon, puis surveillée comme une plaie simple.
Exposé directif	5 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches - Supports péda.	Envisager les différentes situations de brûlures que le sauveteur peut rencontrer : - Brûlure par produits chimiques - Brûlure électrique ou radiologique ; - Brûlure interne par inhalation. De manière interactive, amener les participants à découvrir la conduite à tenir du sauveteur pour chaque situation. Rappeler le résultat à atteindre pour pouvoir évaluer l'action de secours : **Empêcher l'aggravation de la brûlure.**

Partie 4

Le Traumatisme

« Le sauveteur ne doit en aucun cas aggraver une lésion ».

➢ **Durée :** 0h10

➢ **Objectif**

A la fin de cette partie vous serez capable :

- d'éviter toute mobilisation d'une victime d'un traumatisme des os et des articulations en attendant les secours

➢ **Critères de réussite :**

- Conseiller fermement de ne pas mobiliser la partie atteinte
- Alerter les secours et appliquer leurs consignes
- Protéger de la chaleur, du froid ou des intempéries
- Surveiller la et parler lui régulièrement

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Etude de cas	3 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches	Présenter une situation de **traumatisme**, illustrée par un transparent, une photographie ou une vidéo. Amener les participants à : - Reconnaître **les signes** d'un traumatisme, - Identifier **les causes** d'un traumatisme, - Indiquer **le risque** d'un traumatisme, - Préciser **le résultat à atteindre**.
Exposé directif	7 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches - Supports pédagogiques	Insister sur les risques que peuvent provoquer des traumatismes. Insister sur la nécessité de ne pas mobiliser la partie traumatisée et si possible de stabiliser son rachis cervical dans la position ou il se trouve en réalisant un maintien de sa tête à deux mains. Possibilité de développer le sujet en s'appuyant sur le vécu des participants.

Partie 4

CAS CONCRETS DE SYNTHESE Partie 4

➢ **Durée :** 0h30

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Cas concret	30 mn	- Matériel de proximité - Maquillage Fiches de cas concrets	A la fin de cette partie, il est indispensable d'avoir réalisé des cas concrets sur : - Une personne consciente victime d'un malaise - Une victime consciente qui présente une plaie grave ou une brûlure grave ou un traumatisme du dos, de la nuque et/ou de la tête.

Formation

CAS CONCRETS DE SYNTHESE général

➢ **Durée :** 0h30

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Cas concret	30 mn	- Matériel de proximité - Mannequins - DAE + accessoires - Maquillage Fiches de cas concrets	Réaliser des cas concrets sur les différentes situations envisagées dans les parties 2 à 4. Apprécier l'aptitude de chaque participant à : - Reconnaître le danger éventuel ; - Apprécier l'état de la victime ; - Alerter un service de secours adapté ; - Réaliser les gestes de premiers secours nécessaires pour éviter une aggravation de l'état de la victime, en attendant l'arrivée des secours. En utilisant une fiche d'évaluation, analyser avec les participants l'action de secours réalisée et la comparer avec le résultat attendu. Apporter les corrections nécessaires. Cette étape permet de s'assurer que tous les participants ont, au cours de la formation, réalisé correctement plusieurs cas concrets sur les situations essentielles. Dans chaque cas concret, le participant doit alerter les secours adaptés et, dans au moins un cas, doit pouvoir réaliser des gestes de protection.

Formation

Présentation de l'UFOLEP

➢ **Durée :** 0h15

Technique pédagogique	Durée	Moyens pédagogiques	Recommandations
Exposé directif	15 mn	- Rétroprojecteur/ Vidéoprojecteur ou planches - Supports pédagogiques	Le formateur présentera la Fédération UFOLEP, dans le cadre de son agrément au secourisme, mais aussi dans l'intégralité des missions et actions. Ce temps doit permettre ai grand public de découvrir la Fédération et aux licenciés d'en apprendre davantage sur leur fédération. L'Echelon National de la Fédération fournira à ses formateurs tous les documents, supports et outils promotionnels nécessaire au bon déroulement de cette partie de la formation.

Fiches de cas concrets
Fiches d'évaluation

CAS CONCRETS

Afin d'uniformiser les formations PSC1 dans le réseau Ufolep, une série de cas concrets a été définie dans le présent chapitre. Cette liste est non exhaustive. Cependant elle doit constituer la base de référence des situations simulées à mettre en œuvre par les formateurs.

FCC 1 Obstruction des VA par un corps étranger

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de mimer la séquence de désobstruction des voies aériennes, avant de demander un avis médical.

Scénario :

Lors d'un repas, la victime porte brutalement les mains à son cou, se lève, ne parle plus et ne respire plus.

Matériel nécessaire :

- 1 table
- 2 chaises
- 1 couverture
- 1 corps étranger (bouchon de bouteille)
- 1 téléphone

Consigne(s) à la victime :

- se lève, porte ses mains à son cou ne parle plus et ne respire plus.
- tient le bouchon dans sa main et au bout de la 5° compression abdominale Laisse tomber le bouchon et tousse

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- il était à la table d'à coté, va chercher le sauveteur et reste à sa disposition

FE 1

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Donner des claques dans le dos (5 maximum)
- ❑ Réaliser au besoin des compressions (5 maximum)
- ❑ Interrompre les manœuvres dès rejet du corps étranger
- ❑ Installer dans la position où elle se sent le mieux
- ❑ Réconforter en lui parlant régulièrement
- ❑ Desserrer les vêtements

ALERTE

- ❑ Demander un avis médical et appliquer leurs consignes

SURVEILLANCE

- ❑ Surveiller la victime

Commentaires :

FCC 2 Hémorragie externe

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de réaliser une compression directe de l'endroit qui saigne.

Scénario :

La victime présente un saignement abondant du poignet provoqué par un couteau.

Matériel nécessaire :

- 1 couteau
- 1 téléphone
- 1 couverture
- poche plastique
- maquillage

Consigne(s) à la victime :

- se tient debout avec un couteau dans la mains opposée à la plaie

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- il était avec la victime, va chercher le sauveteur et reste à sa disposition

FE 2

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Comprimer immédiatement l'endroit qui saigne
- ❑ Allonger la victime

ALERTE

- ❑ Faire alerter les secours

SURVEILLANCE

- ❑ S'assurer que le sang ne coule plus, sans relâcher la compression
- ❑ Rassurer la victime
- ❑ Protéger contre la chaleur, le froid ou les intempéries
- ❑ Surveiller les signes d'aggravation circulatoire

Commentaires :

FCC 3 Hémorragie externe

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de réaliser une compression directe de l'endroit qui saigne.

Scénario :

Le sauveteur découvre la victime qui présente un saignement abondant de l'avant bras provoqué par un couteau.

Matériel nécessaire :

- 1 couteau
- maquillage
- 1 couverture
- poche plastique
- pansement compressif

Consigne(s) à la victime :

- se tient debout avec un couteau dans la main opposée à la plaie

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- pas de témoin

FE 3

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Comprimer immédiatement l'endroit qui saigne
- ❑ Allonger la victime
- ❑ Mettre en place un pansement compressif

ALERTE

- ❑ Alerter les secours

SURVEILLANCE

- ❑ S'assurer que le sang ne coule plus, sans relâcher la compression
- ❑ Rassurer la victime
- ❑ Protéger contre la chaleur, le froid ou les intempéries
- ❑ Surveiller les signes d'aggravation circulatoire

Commentaires :

FCC 4 Perte de connaissance

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de mettre une victime inconsciente qui respire en PLS, en maintenant les voies aériennes de la victime libres, jusqu'à l'arrivée des secours.

Scénario :

Le sauveteur découvre la victime allongée au sol, sur le dos. Des boîtes de médicaments vides se trouvent à coté de la victime.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 2 boites de médicaments vides (sans nom)
- 1 couverture

Consigne(s) à la victime :

- elle est allongée sur le sol, ne répond pas aux questions ne réagit pas quand on la touche mais respire.

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- pas de témoin

FE 4

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Apprécier la présence ou pas de connaissance
- ❑ Appeler à l'aide
- ❑ Assurer la libération des voies aériennes
- ❑ Vérifier la présence de la respiration
- ❑ Placer la victime en PLS

ALERTE

- ❑ Alerter les secours

SURVEILLANCE

- ❑ Protéger contre la chaleur, le froid ou les intempéries
- ❑ Surveiller la respiration de la victime

Commentaires :

FCC 5 Arrêt cardiaque

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de réaliser l'enchaînement des gestes nécessaires pour reconnaître l'inconscience, l'absence de respiration et mettre en œuvre une RCP, avec DAE, en attendant l'arrivée des secours.

Scénario :

La victime (adulte) est allongée sur le trottoir.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 1 mannequin adulte
- 1 DAE

Consigne(s) à la victime :

- elle est représentée par une victime simulée ou un mannequin et est découverte allongée sur le trottoir.

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- un passant, possédant un téléphone portable affirme avoir vu tomber la victime

FE 5

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Apprécier l'état de conscience
- ❑ Appeler à l'aide / Mettre la victime sur le dos si besoin
- ❑ Assurer la libération des voies aériennes
- ❑ Vérifier la présence de la respiration
- ❑ Pratiquer la RCP (30/2)
- ❑ Faire mettre en œuvre la DAE

ALERTE

- ❑ Faire alerter les secours (après avoir constaté l'absence de ventilation)

GESTES DE SECOURS

- ❑ Poursuivre la RCP jusqu'à l'arrivée des secours

Commentaires :

FCC 6 Arrêt cardiaque

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de réaliser l'enchaînement des gestes nécessaires pour reconnaître l'inconscience, l'absence de respiration et mettre en œuvre une RCP, avec DAE, en attendant l'arrivée des secours.

Scénario :

La victime (enfant) est allongée au sol et tient dans sa main un appareil électrique branché à une prise neutralisée.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 1 DAE
- 1 mannequin enfant
- 1 prise neutralisée
- 1 appareil électrique neutralisé

Consigne(s) à la victime :

- elle est représentée par une victime simulée ou un mannequin et est découverte allongée chez elle.

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- un ami, possédant un téléphone portable affirme avoir vu tomber la victime

FE 6

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Apprécier l'état de conscience
- ❑ Appeler à l'aide / Mettre la victime sur le dos si besoin
- ❑ Assurer la libération des voies aériennes
- ❑ Vérifier la présence de la respiration
- ❑ Pratiquer la RCP (30/2)
- ❑ Faire mettre en œuvre la DAE

ALERTE

- ❑ Faire alerter les secours (après avoir constaté l'absence de ventilation)

GESTES DE SECOURS

- ❑ Poursuivre la RCP jusqu'à l'arrivée des secours

Commentaires :

FCC 7 Malaise

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable d'observer la victime et de lui poser les questions essentielles pour rechercher les signes de malaise, la mettre au repos afin d'éviter l'aggravation et demander un avis médical.

Scénario :

La victime consciente ressent une douleur violente à la poitrine.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone

Consigne(s) à la victime :

- Après avoir réalisé un effort, elle se plaint pour la première fois d'une douleur à la poitrine depuis 30 mn. Elle se présente debout en se tenant la poitrine. Elle n'a pas de traitement et n'a jamais été hospitalisée

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- pas de témoin

FE 7

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Observer les signes présentés par la victime
- ❑ Mettre au repos (position adaptée)
- ❑ Desserrer les vêtements
- ❑ Rassurer la victime
- ❑ Questionner la victime
  - son âge
  - la durée du malaise
  - de savoir s'il s'agit de la première fois qu'elle présente ce malaise
  - les traitements médicamenteux qu'elle suit
  - les maladies, hospitalisations ou traumatismes récents dont elle a fait l'objet

ALERTE

- ❑ Demander un avis médical

SURVEILLANCE

- ❑ Contacter à nouveau le centre 15 en cas d'aggravation

Commentaires :

FCC 8 Malaise

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable d'observer la victime et de lui poser les questions essentielles pour rechercher les signes de malaise, la mettre au repos afin d'éviter l'aggravation et demander un avis médical.

Scénario :

La victime consciente est couverte de sueurs, ne se sent pas bien et réclame du sucre

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- du sucre en morceau

Consigne(s) à la victime :

- La victime est appuyée contre un mur, dit qu'elle est diabétique et réclame du sucre

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- pas de témoin

FE 8

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Observer les signes présentés par la victime
- ❑ Mettre au repos (position adaptée)
- ❑ Desserrer les vêtements
- ❑ Rassurer la victime
- ❑ Questionner la victime
  - son âge
  - la durée du malaise
  - de savoir s'il s'agit de la première fois qu'elle présente ce malaise
  - les traitements médicamenteux qu'elle suit
  - les maladies, hospitalisations ou traumatismes récents dont elle a fait l'objet

ALERTE

- ❑ Demander un avis médical

SURVEILLANCE

- ❑ Contacter à nouveau le centre 15 en cas d'aggravation

Commentaires :

FCC 9 Malaise

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable d'observer la victime et de lui poser les questions essentielles pour rechercher les signes de malaise, de la mettre au repos afin d'éviter l'aggravation et de demander un avis médical.

Scénario :

La victime consciente a du mal à respirer et présente des difficultés à s'exprimer

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- médicament neutralisé à portée de main

Consigne(s) à la victime :

- La victime se trouve debout dans une salle, indique qu'elle est asthmatique et réclame son médicament

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- le témoin est un(e) collègue de bureau

FE 9

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Observer les signes présentés par la victime
- ❑ Mettre au repos (position adaptée)
- ❑ Desserrer les vêtements
- ❑ Rassurer la victime
- ❑ Questionner la victime
  - son âge
  - la durée du malaise
  - de savoir s'il s'agit de la première fois qu'elle présente ce malaise
  - les traitements médicamenteux qu'elle suit
  - les maladies, hospitalisations ou traumatismes récents dont elle a fait l'objet

ALERTE

- ❑ Demander un avis médical

SURVEILLANCE

- ❑ Contacter à nouveau le centre 15 en cas d'aggravation

Commentaires :

FCC 10 Plaie

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable d'installer la victime en position d'attente, demi assise, avant d'alerter les secours d'urgence.

Scénario :

La victime consciente présente une plaie du thorax provoquée par un outil pointu, qui n'est plus dans la plaie.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 1 outil neutralisé
- 1 couverture

Consigne(s) à la victime :

- La victime se trouve à genou et se tient la poitrine

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- le témoin est un(e) passant(e) et reste à la disposition du sauveteur

FE 10

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Evaluer la gravité de la plaie
- ❑ Installer en position d'attente (position adaptée)
- ❑ Protéger de la chaleur, du froid ou des intempéries

ALERTE

- ❑ Alerter les secours

SURVEILLANCE

- ❑ Réconforter la victime
- ❑ Surveiller la victime

Commentaires :

FCC 11 Plaie

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable d'installer la victime en position d'attente, jambes fléchies, avant d'alerter les secours d'urgence.

Scénario :

La victime consciente présente une plaie de l'abdomen, suite à une rixe.
Le couteau n'est plus dans la plaie.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 1 couverture
- 1 couteau

Consigne(s) à la victime :

- La victime se trouve à genou et se tient le ventre

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- le témoin est un(e) passant(e) et reste à la disposition du sauveteur

FE 11

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Evaluer la gravité de la plaie
- ❑ Installer en position d'attente (position adaptée)
- ❑ Protéger de la chaleur, du froid ou des intempéries

ALERTE

- ❑ Alerter les secours

SURVEILLANCE

- ❑ Réconforter la victime
- ❑ Surveiller la victime

Commentaires :

FCC 12 Brûlure

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable de refroidir immédiatement la brûlure et alerter les secours.

Scénario :

Le sauveteur découvre la victime consciente, qui présente une brûlure grave de l'avant-bras après avoir renversé une casserole d'eau bouillante.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 1 couverture
- maquillage
- 1 point d'eau
- 1 casserole

Consigne(s) à la victime :

- La victime se trouve debout et se tient le bras brulé.

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- pas de témoin

FE 12

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Refroidir la surface brûlée
- ❑ Evaluer la gravité de la brûlure

ALERTE

- ❑ Alerter les secours

GESTES DE SECOURS

- ❑ Poursuivre le refroidissement selon les consignes données
- ❑ Installer la victime dans une position adaptée
- ❑ Protéger si possible la partie brûlée

SURVEILLANCE

- ❑ Surveiller la victime continuellement

Commentaires :

FCC 13 Traumatisme

Objectif :

A la fin de la séquence, le stagiaire devra être capable d'éviter toute mobilisation de la victime et alerter les secours.

Scénario :

La victime consciente présente une douleur violente dans le dos et la nuque après une chute d'une échelle.

Matériel nécessaire :

- 1 téléphone
- 1 couverture
- 1 échelle / escabeau

Consigne(s) à la victime :

- La victime se trouve allongée au sol et se plaint d'une douleur violente dans le dos et la nuque après une chute d'une échelle.

Consigne(s) au(x) témoin(s) :

- pas de témoin

FE 13

Nom : Prénom :

EVALUATION DU CAS CONCRET

PROTECTION

- ❑ Prendre le temps d'observer la situation
- ❑ Assurer la protection si nécessaire

GESTES DE SECOURS

- ❑ Conseiller fermement à la victime de ne pas bouger la tête

ALERTE

- ❑ Alerter les secours

GESTES DE SECOURS

- ❑ Protéger de la chaleur, du froid ou des intempéries

SURVEILLANCE

- ❑ Surveiller et parler régulièrement à la victime

Commentaires :

Liste des matériels
Règles élémentaires d'hygiène
Fiche individuelle de suivi
Fiche d'évaluation de la formation

➢ ANNEXES

➢ Annexe 1 - **Liste des matériels**

Pour les besoins de la mise en œuvre pédagogique d'une action de formation à l'unité d'enseignement « Prévention et secours civiques de niveau 1 » et du présent guide relatif à la pédagogie , la liste du matériel suivante s'applique pour un groupe de 10 participants :

1. LES MATÉRIELS LOGISTIQUES

La formation doit se dérouler dans un local présentant au minimum les caractéristiques suivantes :

- La pièce doit être chauffée ou si besoin, tempérée
- Il doit y avoir la possibilité de l'obscurcir
- Des sanitaires doivent être à proximité
- 11 chaises sont à disposition

2. LES MATÉRIELS PEDAGOGIQUES

Les moyens matériels pédagogiques à mettre à disposition sont les suivants :

- Un lot de matériel minimum, contenant :
  - 1 guide technique du « PSC 1 »
  - 1 guide pédagogique du « PSC 1 »
  - 1 fiche d'émargement
  - 10 fiches individuelles d'évaluation
  - Fiches de cas concrets
  - Fiches d'évaluation liées aux cas concrets
  - 10 fiches d'évaluation de la formation
  - 1 tableau (papier, blanc…)
  - 1 rétroprojecteur et/ou vidéo projecteur
  - 1 coupe de tête
  - Matériel de pansement compressif improvisé
  - Matériel de garrot improvisé
  - Matériel pour se protéger les mains
  - 1 mannequin de RCP adulte et matériel de rechange
  - 1 mannequin de RCP enfant et matériel de rechange
  - 1 mannequin de RCP nourrisson et matériel de rechange
  - Matériel d'entretien des mannequins
  - Matériel de maquillage
  - 1 à 3 défibrillateurs automatisés externes de formation et leurs accessoires
  - Matériel de simulation pour cas concrets (téléphone, couverture…)
  - 2 tapis de sol.

- Un lot de matériels facultatifs, contenant :
  - Mannequins multipostes
  - Mannequins de désobstruction des VA
  - Trousse de secours (plaie simple)
  - Coussin Hémostatique d'Urgence
  - Garrot
  - Tableau feutre ou autre et pictogrammes
  - Transparents/Diaporamas de mise en situation
  - Transparents/Diaporamas de précisions techniques ou planches illustrées
  - Lecteur de supports audio (SNA, …)

➢ Annexe 2 - **Règles élémentaires d'hygiène**

1. LES MANNEQUINS

Les mannequins sont utilisés pour l'apprentissage de la ventilation artificielle orale et des compressions thoraciques.

➢ Conditions d'utilisation des mannequins par le formateur et les participants.
Les mannequins ne pourront pas être utilisés par les personnes qui présentent :

- Une lésion cutanée (plaies non protégées, herpès…) sur les mains, la bouche ou les lèvres
- Une maladie infectieuse transmissible

➢ Règles d'utilisation du mannequin au cours de la formation.
S'assurer que les utilisateurs du mannequin (participants et formateurs) ont les mains propres ou leur demander de se laver les mains.
Si le mannequin utilisé ne possède pas de « peau » de visage interchangeable :

- Utiliser des écrans faciaux protecteurs pour chaque participant et nettoyer la face et la bouche du mannequin avec un liquide de nettoyage recommandé par le fabricant
- Simuler le dégagement de l'arrière-gorge pour le désencombrement des voies aériennes supérieures.

Si le mannequin utilisé possède une « peau » de visage interchangeable :

- Fournir à chaque participant une « peau » de visage individuelle
- Expliquer aux participants la mise en place sur le mannequin avant qu'ils s'exercent la ventilation artificielle.

➢ Procédure de nettoyage des mannequins
Le nettoyage du mannequin doit être réalisé en frottant vigoureusement avec une gaze imbibée d'un produit nettoyant recommandé par le fabricant ou, éventuellement, avec de l'eau de Javel à 12° diluée au 1/10ème

- Laisser agir 30 secondes ;
- Essuyer ensuite avec une gaze propre.

➢ Entretien des mannequins
Rechercher régulièrement l'existence de signes de détérioration (fissures ou déchirures des surfaces en matière plastique) qui rendent un bon nettoyage difficile ou impossible.

Après chaque séquence pédagogique, il faut :

- Démonter les mannequins et les laver à l'eau tiède et au savon, puis rincer à l'eau claire
- Retirer et changer le sac « poumon » ou les voies aériennes
- Désinfecter les mannequins avec une solution recommandée par le fabricant ou de l'eau de Javel, à 12° diluée au 1/10ème
- Laver les vêtements et les cheveux des mannequins lorsqu'ils sont sales (ou au moins tous les mois)
- Tenir un registre d'entretien pour chaque mannequin
- Noter les inspections, les réparations effectuées et l'entretien régulier. Le registre sera daté et signé par le formateur.

Le formateur doit impérativement prendre connaissance des recommandations du fabricant indiquées dans le « guide de l'utilisateur » fourni avec chaque mannequin et les RESPECTER.

2. LE MATÉRIEL DE MAQUILLAGE ET LES COSMÉTIQUES

Pour l'élaboration de mises en situation (démonstration pratique, cas concret…), les formateurs font appel à des produits de maquillage spécialisé qui doivent offrir toutes les garanties d'utilisation vis-à-vis des personnes et des victimes simulées qui les utilisent.
Tout vendeur de matériel de maquillage et de cosmétiques doit être en mesure de justifier de la conformité des produits qu'il met sur le marché. Ce qui veut dire que tout vendeur doit pouvoir fournir un justificatif prouvant que ses produits sont enregistrés auprès des services du ministère chargé de la santé, que les formules de ses produits sont déposées dans les centres antipoison et qu'il respecte la conformité de l'étiquetage sur ses produits.

Les formateurs doivent donc :

- Respecter la réglementation concernant les produits de maquillage et n'utiliser que des produits répondant à la législation et à la réglementation en vigueur.
- S'assurer que la personne à maquiller ne présente pas une allergie connue à de tels produits.
- S'assurer de la conformité des produits utilisés en réclamant à leur fournisseur un justificatif.

L'utilisateur qui omettrait de s'assurer de cette conformité pourrait voir sa responsabilité personnelle recherchée en cas d'accident dermatologique lié à l'utilisation de substance n'offrant pas toutes les garanties requises.

➢ Annexe 3

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

FICHE INDIVIDUELLE DE SUIVI "PSC1"

Nom :
Prénom :

Lieu de la formation :
Date de la formation :

Né le : à : Département :

Parties	Date	Présence du participant	Réalise ou fait réaliser le geste et/ou la CAT	Réalisation du cas concret	Observations
1- Protection					
2- Alerte et protection des populations					
3- Alerte					
4- Obstruction des VA par coprs étranger					
5- Hemorragies externes					
6- Perte de connaissance					
7- Arrêt cardiaque					
8- La victime se plaint d'un malaise					
9- Plaies					
10- Brûlures					
11- Traumatisme					

	APTITUDE	
Délivrance du PSC1	**OUI**	**NON**

Evaluateur :
Signature

Participant :
Signature

➢ Annexe 4

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

- FICHE D'EVALUATION DE LA FORMATION -

Date de la formation : **Lieu :**

Veuillez hachurer les cases qui correspondent à votre appréciation.
Merci de votre collaboration.

1 - PAS DU TOUT SATISFAIT
2 - PEU SATISFAIT
3 - SATISFAIT
4 - TRES SATISFAIT

Méthodes pédagogiques utilisées par le(s) formateur(s) :	1	2	3	4
Outils pédagogiques utilisés ou présentés :	1	2	3	4
Matériel mis à disposition :	1	2	3	4
Niveau de la logistique :	1	2	3	4
Intérêt des contenus :	1	2	3	4
Qualité du/des formateur (s) :	1	2	3	4
Clarté des objectifs :	1	2	3	4
Qualité de l'organisation :	1	2	3	4

- Quelle est votre satisfaction globale vis à vis du stage ?

- Etes-vous prêt à réaliser une activité de citoyen de sécurité civile ? Justifier.

- Quels sont les points positifs de cette formation ?

- Quels sont les points négatifs de cette formation ?

➢ Remerciements

Ce document a été réalisé par les membres de l'Equipe Pédagogique Nationale de l'Ufolep.
http://www.ufolep.org