

MODALITÉS PRATIQUES

L'Organisme de Formation CDOS 74 propose aux structures privées et publiques du secteur associatif des formations destinées à améliorer les connaissances et les compétences des dirigeants élus, des bénévoles, des salariés et des particuliers en projet de création.

Nos formations sont :

- Ouvertes à tous et accessibles aux personnes en situation de handicap moteur, visuels et auditifs ;
- A destination de tous les secteurs associatifs (sportif, culturel, social, ...) ;
- Animées par des professionnels de la vie associative ;
- Réparties sur l'ensemble des territoires de la Haute-Savoie.

Formation à la carte possible :

Cette formation peut être organisée pour le compte de votre propre association, groupement d'associations ou pour le réseau associatif de votre Collectivité Territoriale.

INSCRIPTIONS & RENSEIGNEMENTS

04.50.62.90.48
formations@cdos74.org

CDOS 74

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative
97A, Avenue de Genève – 74 000 Annecy
www.cdos74.org

N° d'enregistrement d'organisme de formation : 84740339774

**haute
savoie**
le Département


LIBERTÉ • ÉGALITÉ • FRATERNITÉ
REPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFET DE LA HAUTE-SAVOIE



FORMATION

PSC : PREMIERS SECOURS CITOYEN

Livret de contenu
(2026-01-V1)

EN QUELQUES MOTS

Le Comité Départemental Olympique et Sportif de la Haute-Savoie (CDOS 74) accompagne, tout secteur confondu, les associations dans leur fonctionnement et leur développement par l'intermédiaire du dispositif Guid'Asso, du Point d'Appui à la Vie Associative (P.A.V.A) et de son Organisme de Formation (O.F).

Le CDOS 74 propose une formation « **PSC1** » car à chaque instant, n'importe où, vous pouvez être confronté(e) à une situation où la vie est en danger : une personne âgée qui s'étouffe, un voisin qui se blesse en bricolant, une amie qui chute dans les escaliers, un enfant qui se brûle...

C'est pendant le temps que mettent les secours pour arriver que peut s'aggraver l'état de la victime, et c'est pendant ce laps de temps qu'il faut agir !

OBJECTIFS GENERAUX



- Acquérir les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours.

PUBLIC CIBLE



- Bénévoles.
- Dirigeants.
- Salariés.
- Autres.

FORMATEUR :

Serge Piala : centre départemental d'enseignement et de développement du secourisme de Haute-Savoie

Formation	Dates	Lieux	Horaires
Session 1	12 mars 2026	Maison départementale des sports et de la vie associative	9h/17h
Session 2	18 juin 2026	Maison départementale des sports et de la vie associative	9h/17h
Session 3	17 septembre 2026	À Annecy	9h/17h
Session 4	10 décembre 2026	À Annecy	9h/17h

CONTENU DE LA FORMATION

CONTENU DE LA FORMATION



- Reconnaître les signes de malaise et à donner l'alerte efficacement.
- Les gestes de premiers secours liés aux plaies et à la protection des blessés.
- Réagir face aux brûlures, aux traumatismes physiques, aux hémorragies et à l'obstruction des voies aériennes.
- Intervenir en cas d'urgence en attendant l'arrivée des secours.
- La prise en charge des situations de perte de connaissance et d'arrêt cardiaque.
- La réanimation cardio-pulmonaire (RCP) et l'utilisation du défibrillateur automatique externe (DAE).
- Procédures d'alerte aux populations en cas d'incident majeur, permettant aux participants de jouer un rôle actif dans la communication et la gestion des crises.

Prérequis :

Aucun.

Délai d'accès :

72 heures entre la demande d'inscription et la confirmation de participation.

Tarifs :

70 euros pour 7 heures de formation.

Organisation pédagogique :

Formation en présentiel.
Interactive, questions/réponses, cas pratiques collectifs, documentation et outils, partage d'expériences...

Evaluation :

Formative menée tout au long de la formation.

Certificat à l'issue de la formation