

Premier secours en montagne et milieux isolés by Secouri'cimes



Qualiopi 
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
Action de formation

Robert BOUR, formateur du CFAM , organisme certifié
« Qualiopi »

PSM1 (Premiers secours en montagne de niveau 1)



Les thèmes abordés

- Réduire les risques par des méthodes simples
 - Préparer sa sortie
 - Facteur humain
 - Étudier son itinéraire (Site, Camptocamp, visorando etc ...)
 - Étudier la météo
 - Bulletin des risques d'avalanches
 - Méthode de 3x3
 - Les moyens de communication
- Comment s'habiller en montagne
- Gérer son fond de sac
- La chaîne des secours
- Les mécanismes d'urgence
 - S'identifier
 - Protéger
 - Examiner
 - Alerter
 - Secourir
 - Accueillir les secours professionnels
- Exercices de mise en situations
 - Apprendre à gérer une situation simple (exemple : une entorse de la cheville en milieu isolé) en appliquant les mécanismes d'urgence.
- La trousse de secours et son contenu
- Hypothermie (Refroidissement du corps)
- Hémorragies (Saignement abondant)
- Malaises (Les différents types)
- Inconscience (La victime ne répond pas aux stimulations)
- Arrêt cardiaque (La victime ne respire plus)



Organisation de la formation

Lieu de formation

Nous choisissons généralement un refuge de montagne, de préférence gardé pour que nous puissions bénéficier du confort de la demi-pension. Si le refuge n'est pas gardé, nous organisons le repas du soir du premier jour et du petit déjeuner du second jour.

La nuitée se passe en dortoir ou chambres communes plus ou moins grandes.

La formation se déroule ensuite dans et aux alentours directs du lieu d'hébergement pour favoriser le repli en cas d'intempéries.



Refuge de Pisset en Beaufortain

Temps et horaires

Une formation aux premiers secours en montagne se déroule sur deux jours., en immersion dans le milieu montagne.

La formation débute à 9 heures le premier jour.

Il est donc fortement conseillé d'arriver un peu en avance pour découvrir le lieu de vie et vous installer sans stress.

Prévoyez les repas de midi pour les deux jours. Ils seront pris dans le refuge ou aux alentours suivant les conditions météo.

Le premier jour, la formation s'achève vers 18 heures.

Nous proposons que chacun apporte une spécialité locale (boisson ou nourriture de chez vous) pour la partager en commun autour d'un apéritif.

Le second jour, le petit déjeuner est servi à 7 heures 30 pour reprendre la formation vers 8 heures 30.

La formation s'achève vers 17 heures



Informations diverses

Votre formateur

Robert Bour, 57 ans, initiateur de ski-alpinisme, ancien gendarme des unités de haute montagne, formateur de premiers secours diplômé d'état, possède une longue expérience de la montagne et des milieux polaires arctiques.



Assurance et responsabilités

- Secouristes ne saurait se substituer à la responsabilité civile individuelle de chacun.
- Il est donc indispensable de posséder une assurance en responsabilité civile pour participer à nos sorties ou stages de formation.
- Il est obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours.
- Il appartient au participant de vérifier, au préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.



Closes d'annulation

- En cas d'annulation de votre part votre acompte est conservé en vue de la programmation d'une date ultérieure.
- En cas d'annulation du fait des encadrants ou d'un cas de force majeure indépendant des organisateurs, les sommes encaissées seront entièrement remboursées ou avec votre accord, une date ultérieure sera programmée.

Contact

Secouri'cimes pôle Savoie Mont-Blanc
Robert BOUR, formateur diplômé d'état
4689 route de Plainpalais
73340 Saint-François-De-Sales
0617720227
mail : secouri-cimes@orange.fr

Groupe Facebook : « Premiers secours en montagne pôle Savoie Mont-Blanc »



**SAVOIE
MONT
BLANC**

Nos partenaires

Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne (FFCAM)



Centre de Formation des Accompagnateurs en Montagne (CFAM)



Au plaisir de partager avec vous, Robert.



Certificat de compétence de formateur PAE FPSC -73 – N°2021/069 délivré par le préfet de Savoie.
N° SIRET 893 241836 00012 -
Banque 14707 – Guichet 00065 – Compte
30119245584 – Clé RIB 58 – Ligny En Barrois – IBAN FR76 1470 7000 6530 1192 4558 458
BIC : CCBPFRPPMTZ