



Fédération Française  
de Spéléologie



# RÉFÉRENTIELS DE FORMATION

---

## CURSUS PRATIQUANT PREMIERS SECOURS EN MILIEU ISOLÉ

Edition 2020 | Document version n°1



## 1. OBJECTIFS DE LA FORMATION

Permettre aux pratiquants de spéléologie et de canyoning, en complément de leur formation de secourisme grand public, d'assister une victime en milieu isolé lors d'un incident ou d'un accident de canyoning ou de spéléologie, dans l'attente des secours spécialisés.

## 2. PRÉREQUIS POUR ACCÉDER À LA FORMATION

Il est fortement recommandé d'être titulaire du PSC1 ou de toute attestation de formation équivalente.

Il n'est pas nécessaire d'être titulaire d'un brevet d'encadrement de la fédération française de spéléologie.

## 3. CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

Être licencié et assuré pour la pratique de la spéléologie et du canyoning.

Age minimum 12 ans.

Autorisation parentale pour les mineurs.

Formation ouverte aux non fédérés au tarif non fédéré.

## 4. PRÉROGATIVES DÉLIVRÉES À L'ISSUE DU SUIVI DE LA FORMATION

La formation Premiers secours en milieu isolé (PSMI) est une formation non diplômante.

Les participants seront à l'issue de la formation détenteur d'une attestation de formation PSMI délivrée par la FFS.

---

## STRUCTURE ORGANISATRICE ET PROCÉDURE D'AGRÉMENT .5

Les commissions nationales, les comités départementaux ou régionaux, clubs, peuvent être les structures support de l'organisation d'un stage PSMI.

Cette formation doit obtenir un agrément FFS, délivré par le pôle enseignement et être inscrite au calendrier national des stages FFS.

Dans tous les cas un moniteur de secourisme, de préférence formateur de Premiers Secours en Équipe, connaissant la spéléologie ou le canyoning est indispensables pour obtenir l'agrément d'un stage PSMI.

La présence d'un médecin, si possible spécialisé en médecine d'urgence ou titulaire d'un diplôme universitaire de médecine d'urgence de montagne, est fortement recommandée.

L'équipe d'encadrement est complétée par des fédérés formés au PSMI et ayant une expérience en secourisme. Ils doivent être pratiquants des activités de spéléologie et/ou de canyoning.

Il est recommandé de constituer une équipe d'encadrants disposant de compétences dans les activités spéléologie et canyoning. Au besoin, l'équipe d'encadrement peut-être constituée d'intervenants extérieurs experts non fédérés.

**Taux d'encadrement recommandé : 1 cadre pour 5 stagiaires.**

---

## 7. DESCRIPTION DE LA FORMATION ET DE SON DÉROULÉ

**Durée :** 2 jours

Cette formation débute le matin du 1er jour et se termine le 2ème jour entre 15h et 17h00. Pour des raisons pratiques et organisationnelles, la formation peut débuter la veille.

**Lieux de mise en œuvre de la formation :**

- Une Salle
- Un site extérieur polyvalent d'accès facile et rapide. Ce site doit permettre de mettre en œuvre des mises en situation de secourisme se rapprochant du contexte de pratique de la spéléologie et du canyoning sans pour autant nécessiter de progresser sur corde ni un temps de progression important en canyoning ou en spéléologie. Exemple de sites adaptés : vaste porche de cavité, cavité spacieuse proche de l'entrée, bordure de canyon.

## 8. STRUCTURATION DE LA FORMATION

La formation est découpée en module, tous capitalisables un à un. Chaque module peut être découpé en unités d'enseignements. Chaque unité d'enseignement regroupe des compétences formulées sous la forme : « Être capable de... ».

### **BLOC DE COMPÉTENCES 1**

Le concept du PSMI

### **BLOC DE COMPÉTENCES 2**

Priorisation des gestes en situation de premier secours à victime en milieu isolé

### **BLOC DE COMPÉTENCES 3**

Acquérir les gestes techniques de premiers secours à victime en milieu isolé

### **BLOC DE COMPÉTENCES 4**

Connaissances complémentaires sur l'organisation d'un secours en milieu isolé

### **BLOC DE COMPÉTENCES 5**

Mises en situation de secours en milieu isolé

---

## 9. CONTENUS D'ENSEIGNEMENT DE LA FORMATION

# BLOC DE COMPÉTENCES 1

## Le concept du PSMI

**OBJECTIF :** Comprendre l'intérêt d'une formation de secourisme en milieu isolé et définir son domaine d'utilisation.

**DURÉE :** 1/2 journée.

**ENCADREMENT :** à minima un moniteur de secourisme de préférence formateur de Premiers Secours en Équipe, présence d'un médecin recommandée.

**ORGANISATION :** apports théoriques en salle.

### COMPÉTENCES :

- Comprendre le concept de PSMI et de sa temporalité d'action dans la gestion complète d'un secours en milieu isolé.
- Distinguer les contextes dans lesquels s'utilisent les compétences de secourisme grand public de ceux dans lesquels s'utilisent les compétences de secourisme en milieu isolé.
- Comprendre l'objectif de la formation : permettre aux pratiquants de spéléologie et de canyoning, en complément de leur formation de secourisme grand public, d'assister une victime en milieu isolé lors d'un accident de canyoning ou de spéléologie, dans l'attente des secours spécialisés.

# BLOC DE COMPÉTENCES 2

## Priorisation des gestes en situation de premier secours à victime en milieu isolé

**OBJECTIF :** A partir des notions de base en anatomie et en physiologie, permettre aux participants de prioriser leurs actions dans des situations de premiers secours à victime en milieu isolé.

**DURÉE :** 1/2 journée.

**ENCADREMENT :** à minima un moniteur de secourisme de préférence formateur de Premiers Secours en Équipe, présence d'un médecin recommandée.

**ORGANISATION :** apports théoriques en salle.

### COMPÉTENCES :

- Identifier les situations accidentogènes.
- Mobiliser des notions théoriques d'anatomie et de physiologie sportive.
- Repérer les signes d'hyper et d'hypothermie.
- Identifier les mécanismes de thermorégulation et de perte de chaleur : radiation, convection, conduction.
- Identifier d'autres détresses en lien avec les activités sportives en milieu isolé: hypoglycémie, épuisement, allergies.
- Identifier un traumatisme du rachis et d'en évaluer les risques (notions anatomiques, indicateurs et risques neurologiques).
- Repérer un traumatisme des membres (luxation, fracture non déplacée, déplacée, ouverte).
- Prioriser les gestes de premiers secours à victime dans la gestion d'un accident.
- Réaliser un bilan en se servant de la « fiche alerte » dédiée.
- Réaliser une surveillance de la victime avec la « fiche de suivi » dédiée.

# BLOC DE COMPÉTENCES 3

## Acquérir les gestes techniques de premiers secours à victime en milieu isolé

**OBJECTIF :** Permettre aux participants d'acquérir les gestes techniques de premiers secours à victime en milieu isolé.

**DURÉE :** 1/2 journée.

**ENCADREMENT :** A minima un moniteur de secourisme de préférence formateur de Premiers Secours en Équipe, présence d'un médecin recommandée.

**ORGANISATION :** Ateliers de pratique en salle.

### COMPÉTENCES :

- Mettre en œuvre les compétences fondamentales du PSC1 et de les compléter par :
  - Prendre un pouls (Radial, carotidien)
  - Prendre une fréquence respiratoire
- Immobiliser le rachis cervical :
  - Mettre en place un collier cervical de fortune
  - Mettre confectionner un Ked de fortune (attelle cérébro-thoracique)
- Retourner une victime à un ou à plusieurs sauveteurs en respectant l'axe tête cou tronc.
- Réaliser une position latérale de sécurité à un ou à plusieurs sauveteurs.
- Réaliser le relevage et le brancardage d'une victime en respectant l'axe tête cou tronc pour mise en attente dans une zone d'attente sécurisée : de 1 à 4 sauveteurs.
- Immobiliser une fracture :
  - Immobiliser une suspicion de fracture non déplacée (attelle souple)
  - Ré-axer et immobiliser une fracture déplacée (enseignement par un médecin, réalisation sous conditions)
- Mettre une victime en attente prolongée dans une zone d'attente sécurisée :
  - Réaliser un point chaud
  - Limiter les risques d'hypothermie
  - Mettre en œuvre la règle des 5R (Repos, Réchauffer, Réhydrater, Réalimenter, Réconforter)

# BLOC DE COMPÉTENCES 4

## Connaissances complémentaires sur l'organisation d'un secours en milieu isolé

**OBJECTIF :** Permettre aux participants de compléter leurs connaissances liées à la gestion d'un premier secours en milieu isolé notamment dans le cadre de leur activité spécifique : canyoning ou spéléologie.

**DURÉE :** 1 soirée.

**ENCADREMENT :** à minima, un moniteur de secourisme de préférence formateur de Premiers Secours en Équipe.

**ORGANISATION :** Table ronde en salle.

### COMPÉTENCES :

- Être capable de réaliser une trousse de premiers secours collective adaptée aux activités sportives prévues en milieu isolé.
- Être capable de gérer son propre stress dans une situation de premiers secours à victime.
- Être capable de donner l'alerte en utilisant les fiches bilan et de connaître les principes de l'organisation spécifique des secours en spéléologie et en canyoning.
- Être capable de préparer un hélitreuillage.

# BLOC DE COMPÉTENCES 5

## Mises en situation de secours en milieu isolé

**OBJECTIF :** Permettre aux participants de mettre en application l'ensemble des connaissances acquises durant la formation dans des mises en situation d'accident en milieu isolé.

**DURÉE :** 1 journée.

**ENCADREMENT :** à minima, un moniteur de secourisme de préférence formateur de Premiers Secours en Équipe.

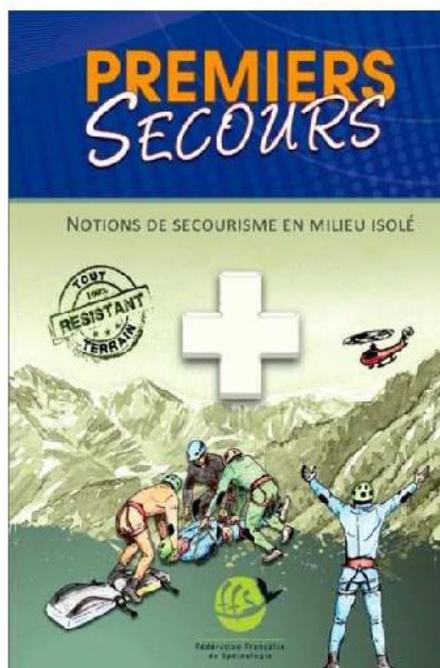
**ORGANISATION :** Un site extérieur polyvalent d'accès simple et rapide. Ce dernier doit permettre de mettre en œuvre des scénarii de mise en situation en se rapprochant du contexte de pratique de la spéléologie et du canyoning. Table ronde en salle.

### COMPÉTENCES :

- Intervenir dans une situation concrète d'accident en milieu isolé.
- Réaliser l'ensemble des actions nécessaires à la prise en charge d'une victime en milieu isolé.

# LIVRET DE FORMATION PSMI

Les contenus d'enseignement de la formation PSMI sont détaillées dans le livret premiers secours en milieu isolé présenté ci dessous.



« Initialement élaboré pour la pratique du canyon, ce livret devrait accompagner sur le terrain celles et ceux évoluant en milieu isolé, loin de tout secours organisé et en particulier les cadres ou accompagnateurs en charge d'un groupe. Si la connaissance et la formation aux techniques de progression sont fondamentales pour le bon déroulement des activités de sports de nature, des connaissances de base dans le domaine de la santé permettraient de prendre en charge une victime et d'en assurer parfois la survie dans l'attente de secours spécialisés. Certaines actions sont abordables par tous sans compétence particulière en secourisme (signalement en VERT). D'autres nécessitent une formation spécifique indispensable (signalement en ORANGE). Nous espérons que ces quelques fiches, même non exhaustives, contribueront à éviter de transformer un incident banal en accident grave. »

Le livret que nous vous proposons est totalement étanche. Composé de 32 pages en couleur avec plus de 34 dessins explicatifs et quelques photos. Le livret est fourni avec les fiches d'alerte et de suivi du blessé elles aussi étanches. Il trouvera sa place dans votre bidon ou directement dans votre kit !

## Composition du livret :

- Un livret de 32 pages étanches format B6 spiralée comportant 34 dessins - 4 photos.
- Trois fiches pliées étanches format A4, Alerte et Suivi.
- Une pochette.
- Un crayon.

## Tarif :

- 5,00 € le livret + frais de port (tarif pour un exemplaire, pour un licencié à la Fédération française de spéléologie)
- 12,00 € le livret + frais de port (tarif public ou pour une association FFS)

| COMMANDE  | QUANTITÉ | P. UNITAIRE | TOTAL |
|---|----------|-------------|-------|
| Livret secours complet 78grs Fédéré                 |          | 5 €         |       |
| Livret secours complet 78grs Fédéré Assoc et public |          | 10 €        |       |
| Frais de port - par tranche de 100 g                |          | 2,75 €      |       |

NOM, PRÉNOM : ..... N°FFS : .....-.....-.....