RÉFÉRENCES TECHNIQUES NATIONALES · JUILLET 2026

# Premiers Secours Citoyen

PSC

Tout ce qui change par rapport à l'édition précédente

Fiches 07-2026 | Ex-PSC1 | 26 fiches (27 avant)

**En bref.** Le PSC1 devient le PSC. Chez l'enfant et le nourrisson, on ne fait plus les 5 insufflations de départ. Le nourrisson se masse avec les 2 pouces et se désobstrue couché sur les cuisses du secouriste. On parle d'étouffement « total » ou « non total ». On note l'heure de pose du garrot. Il y a une nouvelle conduite à tenir pour l'amputation et une nouvelle fiche sur le matériel obligatoire. Disparaissent : le maintien de la tête à deux mains et l'antiseptique sur les plaies.

NOUVEAU fiche ou conduite à tenir qui n'existait pas · MODIFIÉ la fiche existe mais son contenu change · SUPPRIMÉ retiré du référentiel. En gris : ce que disait l'ancienne édition. En gras : ce qu'il faut retenir.

## 0 Changements communs aux trois référentiels

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Nom des textes** | On parlait de « recommandations ». | MODIFIÉ<br>• On parle désormais de **« références techniques nationales »** (RTN).<br>• Le texte précise qu'elles peuvent avoir des conséquences juridiques : on peut s'y référer pour juger la responsabilité de quelqu'un qui ne les a pas respectées. |
| **Mots utilisés** | « Sauveteur », « apprécier la respiration », « rechercher l'absence de réponse », « obstruction brutale des voies aériennes ». | MODIFIÉ<br>• « Sauveteur » devient **« secouriste »**.<br>• On **« recherche »** la respiration et une **perte de connaissance**.<br>• On parle d'**obstruction des voies aériennes** (OVA).<br>• Ce sont des changements de mots : les gestes ne changent pas pour autant. |
| **Repérer les nouveautés dans le PDF officiel** | Même principe dans l'ancienne édition. | • Si la **date d'une fiche est surlignée en jaune** au sommaire, la fiche est nouvelle ou entièrement réécrite.<br>• Sinon, seules les phrases ajoutées sont surlignées.<br>• Ce qui a été **supprimé n'est jamais signalé** : les suppressions de cette fiche viennent de la comparaison des deux textes. |

## 1 Cadre

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Nom** | PSC1. | MODIFIÉ<br>• La formation s'appelle désormais **PSC**. |
| **Préface** | Formation à partir du référentiel interne de « l'organisme habilité ou l'association nationale agréée ». Le matériel de fortune et la prévention pendant les cas concrets y figuraient déjà. | MODIFIÉ<br>• On parle maintenant d'**« entité habilitée »**.<br>• Ajout : ces textes peuvent avoir des **conséquences juridiques** (on peut s'y référer pour juger une responsabilité). |

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Obligations pour les formations** | Cette fiche n'existait pas. | NOUVEAU<br>• **Nouvelle fiche.**<br>• Salle : au moins 2 m² par personne, chaises, abri, toilettes et point d'eau, accès handicap.<br>• Matériel obligatoire pour 2 à 10 apprenants : **mannequins adulte, enfant et nourrisson avec poumons**, défibrillateur de formation avec électrodes adulte et enfant, maquette de coupe de tête, matériel de pansement et de garrot improvisés, maquillage et fausses plaies, téléphone neutralisé, documents (référentiels, feuille de présence, fiches d'évaluation), produits d'entretien. |

## 2 Informations générales et alerte

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Citoyen de Sécurité Civile** | La fiche existait. | MODIFIÉ<br>• Le citoyen est protégé par la loi quand il porte secours **« de manière isolée et spontanée »**.<br>• Ajout d'un lien pour s'engager (securite-civile.interieur.gouv.fr/sengager) et de l'idée d'être « ambassadeur » des messages. |
| **Alerte et protection des populations** | Plan communal des risques, Twitter, liens gouvernement.fr. | MODIFIÉ<br>• S'ajoute le dossier départemental des risques.<br>• Twitter devient **X** (@Beauvau_alerte).<br>• Nouveaux liens : Géorisques et plan individuel de mise en sûreté. |
| **Alerte** | 114 « pour les déficients auditifs ». | MODIFIÉ<br>• Le 114 est **toujours enseigné** : pour les personnes sourdes, sourdaveugles, malentendantes et aphasiques, par visio, tchat, images ou SMS.<br>• Ajout des **bornes orange** qui localisent l'appelant. |
| **Informations générales** | Quatre catégories d'âge : adulte, enfant, nourrisson, nouveau-né. | SUPPRIMÉ<br>• La catégorie **« nouveau-né » est supprimée**. |

## 3 Hémorragies

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Hémorragie et compression** | La victime comprime, sinon le sauveteur ; réchauffer « si nécessaire ». | MODIFIÉ<br>• Ordre des gestes : arrêter le saignement, allonger, faire alerter, puis **pansement compressif ou garrot**.<br>• **Réchauffer devient systématique.**<br>• Un **témoin** peut appuyer, et on peut appuyer **avec le genou**. |
| **Pansement compressif** | Interdit au cou, à la tête, au thorax et à l'abdomen. | MODIFIÉ<br>• Mêmes interdictions.<br>• Nouveau : on le pose **toujours en cas d'amputation ou d'arrachement**, même sans saignement. |

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Garrot** | « Entre le cœur et la plaie ». Phrase : « jamais retiré sans avis médical ». | MODIFIÉ<br>• Se pose **entre la plaie et la racine du membre**, à 5–7 cm de la plaie.<br>• **Noter l'heure de pose** pour la donner aux secours.<br>• La phrase « jamais retiré sans avis médical » n'apparaît plus, **sans être remplacée**. Rien n'autorise à retirer le garrot : il reste en place jusqu'aux secours. |

## 4 Étouffement (obstruction des voies aériennes)

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Conduite à tenir** | On distinguait obstruction **partielle** et **complète**. Partielle : position, faire tousser, demander un avis médical. En arrêt cardiaque : regarder dans la bouche à chaque cycle. | MODIFIÉ<br>• On parle maintenant d'obstruction **« non totale »** et **« totale »**.<br>• Dans tous les cas : demander à la personne si elle s'étouffe et lui dire de tousser.<br>• Si elle peut parler, crier ou tousser : l'encourager à tousser et surveiller. **L'avis médical systématique disparaît.**<br>• Sinon : claques dans le dos, puis compressions.<br>• Une fois désobstruée : position d'attente et alerter (il peut rester des débris dans les poumons ou des blessures dues aux compressions).<br>• Si elle perd connaissance : massage cardiaque. **On ne regarde plus dans la bouche à chaque cycle.** |
| **Claques dans le dos** | À faire en cas d'obstruction complète. | MODIFIÉ<br>• On décrit maintenant ce qu'on voit : l'adulte ou l'enfant ne peut plus parler ni tousser, ou sa toux est inefficace ; le nourrisson ne peut plus pleurer fort ou reprendre sa respiration. |
| **Compressions abdominales** | Obstruction « complète ». | MODIFIÉ<br>• Seul le mot change (« totale »). Le geste est le même. |
| **Compressions thoraciques** | Deux fiches : adulte, et nourrisson couché sur l'avant-bras, compressions avec 2 doigts. | MODIFIÉ<br>• **Les deux fiches sont fusionnées.**<br>• Adulte : poing au centre de la poitrine.<br>• **Nourrisson : couché sur le dos sur les deux cuisses du secouriste**, tête plus basse, on entoure le thorax et on appuie avec **les 2 pouces superposés**, 1 à 5 fois. |

## 5 Arrêt cardiaque

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Arrêt cardiaque et massage** | Enfant et nourrisson : 5 insufflations avant de commencer. Nourrisson : massage avec 2 doigts. | MODIFIÉ<br>• **Les 5 insufflations de départ sont supprimées** : on commence directement à 15/2.<br>• Après le choc, on reprend le massage **sans attendre que le défibrillateur le dise** (la reprise immédiate existait déjà).<br>• Nouveau **rôle de « coach »** qui guide les autres.<br>• Adulte et enfant : talon d'une main. **Nourrisson : 2 pouces superposés.**<br>• Rappel ajouté sur la place des électrodes. |
| **Insufflations** | Pincer le nez, environ 1 seconde par insufflation, les 2 en 5 secondes maximum. | MODIFIÉ<br>• Seule précision : on pince le nez **avec la main posée sur le front**. Le reste ne change pas. |

## 6 Malaises, plaies, brûlures, traumatismes

| FICHE / THÈME | AVANT | CE QUI CHANGE (FICHES 07-2026) |
|---|---|---|
| **Perte de connaissance** | Victime traumatisée : surveiller. | MODIFIÉ<br>• Victime traumatisée : faire alerter et suivre les consignes des secours. Garder la tête basculée stabilise aussi le cou. |
| **Malaises** | Signes classés par maladie ; aider à prendre son traitement « habituel ». La position assise en cas de gêne respiratoire existait déjà. | MODIFIÉ<br>• Une **liste unique des signes qui doivent inquiéter** : douleur dans la poitrine, faiblesse d'un bras, visage déformé, trouble de la vue ou de la parole, mal de tête, perte d'équilibre, fièvre au-dessus de 37,8 °C, sueurs, fatigue, mal au ventre, difficulté à respirer, froid ou pâleur.<br>• Aider à prendre le traitement **« prescrit »** (avant : « habituel ») ou du sucre.<br>• Avis médical dès qu'un de ces signes est présent ou en cas de doute. |
| **Plaies** | Antiseptique si pas d'eau. | MODIFIÉ<br>• Plaie simple : nettoyer, **sécher**, pansement. **L'antiseptique n'est plus mentionné.**<br>• **Nouvelle conduite à tenir en cas d'amputation ou d'arrachement** (pansement compressif, morceau gardé au frais sans congeler, remis aux secours). |
| **Brûlures** | Brûlures chimiques et par inhalation dans des parties séparées. | MODIFIÉ<br>• Nouveau vocabulaire : la brûlure est « évolutive ». Une brûlure qui fait le tour d'un membre est grave.<br>• Refroidir en retirant vêtements et bijoux. Brûlure grave : **alerter dès le début de l'arrosage**.<br>• Brûlure simple : pansement ou film plastique (type film alimentaire, **toujours d'actualité**), consulter si besoin.<br>• Électrique : même conduite que la brûlure grave, sans toucher la victime avant la coupure du courant.<br>• **Chimique et inhalation sont regroupées** : se protéger, rincer, ne pas faire vomir ni boire ; assise si elle a du mal à respirer. |
| **Traumatismes** | Douleur au cou : tenir la tête à deux mains. | MODIFIÉ<br>• Si elle a perdu connaissance : conduite à tenir de la victime traumatisée.<br>• Sinon : ne pas la bouger, ne pas remettre un membre droit ; douleur au cou : lui dire de ne pas bouger la tête.<br>• **On ne tient plus la tête à deux mains.** |
| **Maintien de la tête** | Fiche technique. | SUPPRIMÉ<br>• **Fiche supprimée.** |

**À savoir**

- **Date d'application** : les RTN ne la précisent pas. À confirmer avec ton organisme ou ton autorité d'emploi.
- Les fiches Protection (12-2023), Défibrillation (12-2023), DAE et Informations générales (12-2022) gardent leur date mais ont de petites modifications.

**Méthode** — comparaison du texte intégral, fiche par fiche, entre les recommandations PSC1 (fiches 12-2022 à 12-2023) et les RTN (fiches 07-2026) (page DGSCGC : securite-civile.interieur.gouv.fr › Documentation › Secourisme – Les références techniques nationales). Synthèse établie le 24 octobre 2026. © DACHICOURT Lucas.