

Premiers secours pour tous

Les gestes qui sauvent, à votre rythme,
sur téléphone ou ordinateur.

Tous secouristes !

Notre cadeau, à partager

Pour nous, apprendre à sauver une vie ne devrait
jamais être payant. Alors on vous l'offre.

100 % gratuit

Dès 10 ans

12 modules

2 h 30 à 3 h

Attestation de suivi

Au programme : **savoir protéger, alerter et agir**

- | | | |
|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 1 Le citoyen secouriste | 2 Protéger | 3 Alerter les secours |
| 4 Alerte des populations | 5 Hémorragie | 6 Étouffement |
| 7 Arrêt cardiaque | 8 Perte de connaissance | 9 Malaise |
| 10 Plaies | 11 Brûlures | 12 Coups et chutes |

● Les modules en rouge traitent une urgence vitale.



Scannez et commencez !

- 1 Scannez le QR code avec votre téléphone
- 2 Créez votre compte, c'est gratuit
- 3 Suivez les modules à votre rythme : arrêtez-vous, reprenez où vous en étiez

Ou rendez-vous sur caprescue.fr/go/affiche-ppsp

Formation en ligne d'après les références techniques nationales PSC (DGSCGC, juillet 2026), complétées par des contenus CAP RESCUE signalés comme tels. L'attestation de suivi n'est ni un diplôme de sécurité civile ni une certification, et ne remplace pas le certificat PSC, délivré à l'issue d'une formation en présentiel. La formation en ligne complète une formation pratique, sans la remplacer.



Une formation à faire circuler

Chaque personne qui connaît les gestes qui sauvent devient le premier maillon de la chaîne des secours. Affichez la première page, envoyez ce document, parlez-en autour de vous.



Assistantes maternelles, MAM, crèches, parents et grands-parents

Savoir protéger, alerter et agir face à un étouffement, une perte de connaissance ou un arrêt cardiaque, en attendant les secours.

Bientôt : « Premiers secours bébés et enfants », gratuite elle aussi : les gestes qui sauvent, de la naissance à l'école. Créez votre compte pour être prévenu-e de son ouverture.

Ces formations en ligne ne remplacent ni la formation aux premiers secours exigée des assistantes maternelles, ni le certificat PSC.



Écoles, collèges, associations et clubs

Dès 10 ans et sans prérequis : à proposer aux familles, aux élèves, aux équipes et aux bénévoles. Chacun avance à son rythme, sur téléphone, tablette ou ordinateur, et reprend où il en était.



Mairies, commerces, salles et lieux de rassemblement

Affichez la première page dans votre accueil ou votre salle d'attente : un QR code suffit pour commencer, gratuitement.

Comment ça marche ?

1

Scannez le QR code

Il ouvre la page de la formation, sur votre téléphone.

2

Créez votre compte

Gratuit : il enregistre votre progression.

3

Suivez les 12 modules

Réfléchir, comprendre, vérifier : chaque module débloque le suivant.

4

Votre attestation

Après un quiz final (20 questions, 80 % de réussite) : attestation de suivi nominative, vérifiable en ligne.

Envie de pratiquer avec un formateur ?

La même formation existe en salle : une journée (7 heures), conçue avec le CDFPI, notre partenaire pédagogique. Pour un groupe ou une association, nous organisons la journée à la date et sur le lieu qui vous conviennent, sur devis.

contact@caprescue.fr · 07 56 80 66 99



Gratuit, ici !

