

CATALOGUE DES
FORMATIONS

Citoyennes

ÉDITION 2025



 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

CATALOGUE DES **FORMATIONS** *CITOYENNES*



ÉDITO

**Contrôleur Général
Christophe FUCHS**

Directeur des services d'incendie
et de secours du Loiret



SOMMAIRE

Édito	5
Procédure d'organisation d'une formation citoyenne	6
Parcours de formations citoyennes	7
Information préventive aux comportements qui sauvent	10
IPCS1 : Citoyen, acteur de sa sécurité « Prenons conscience des risques »	
IPCS2 : Évacuation et moyens de secours	
IPCS3a : Plan Familial de Mise en Sûreté (PFMS)	
IPCS3b : Plans de sauvegarde face aux risques de sécurité civile	
Exercice d'évacuation	15
Sensibilisation des élus et des cadres territoriaux à la gestion de crise	16
Sensibilisation au risque incendie	17
Équipier de première intervention	18
Sensibilisation aux risques d'accidents domestiques adaptée aux personnes âgées ou en situation de handicap	19
Gestes Qui Sauvent (GQS)	20
Sensibilisation aux risques domestiques et aux comportements qui sauvent par le jeu pour les enfants de 5 à 10 ans	21
Vis ma vie de sapeur-pompier	22

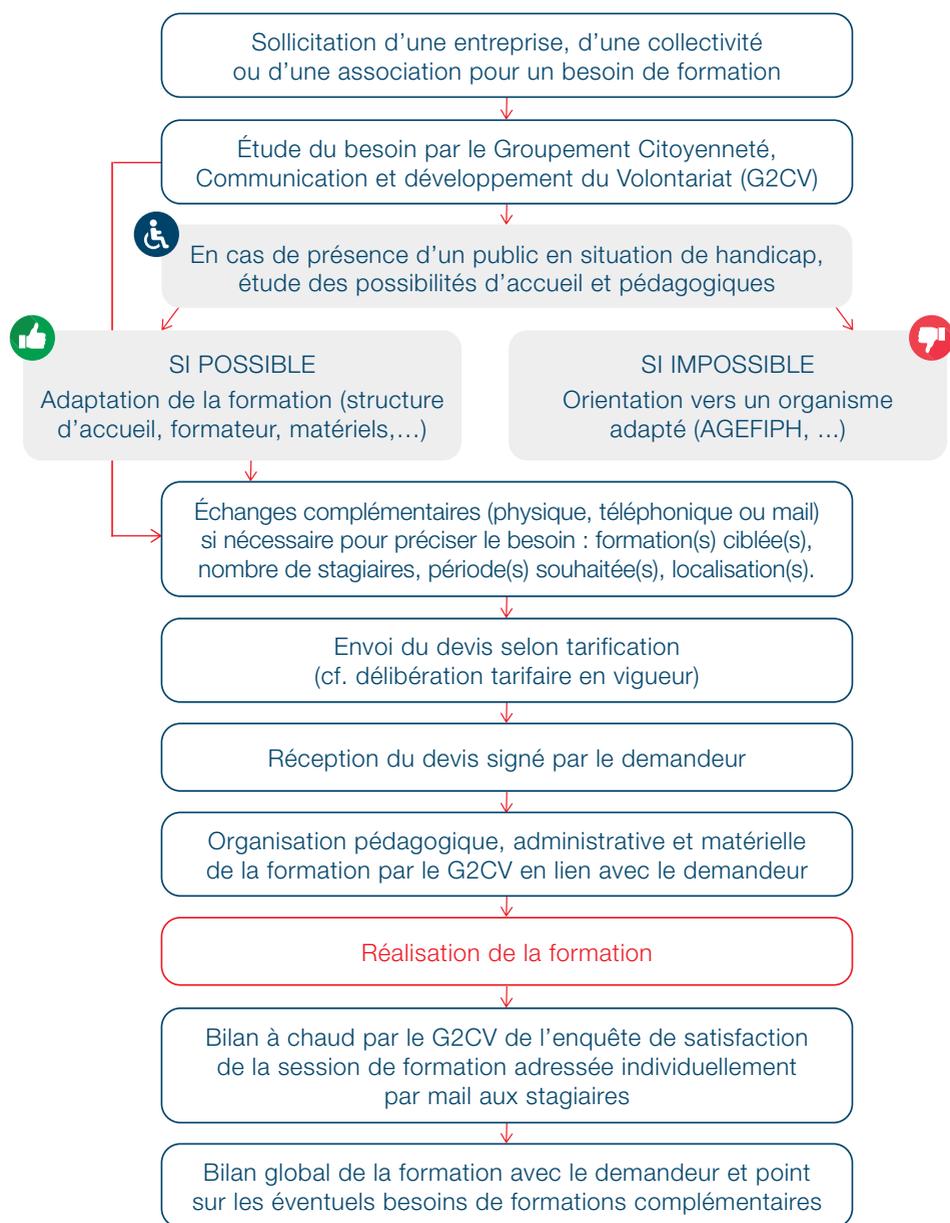
Afin de savoir faire face aux risques du quotidien, mais aussi se préparer aux nouveaux désordres climatiques et à l'émergence de nouvelles menaces, le SDIS poursuit sa démarche d'éducation préventive auprès des populations. Cela se traduit par la mise en œuvre de sensibilisations et de formations afin d'éveiller les consciences et de renforcer la résilience collective. C'est ainsi que le citoyen deviendra un acteur de la sécurité civile, acteur de sa propre sécurité et de celle des autres.

Dans ce contexte, le Groupement Citoyenneté, Communication et développement du Volontariat du SDIS du Loiret, propose des formations citoyennes accessibles à tous, organisées sous l'égide d'une structure qui pourra en assumer la charge financière telle une collectivité, une entreprise, une association ou tout autre organisme en mesure de constituer un groupe de participants.

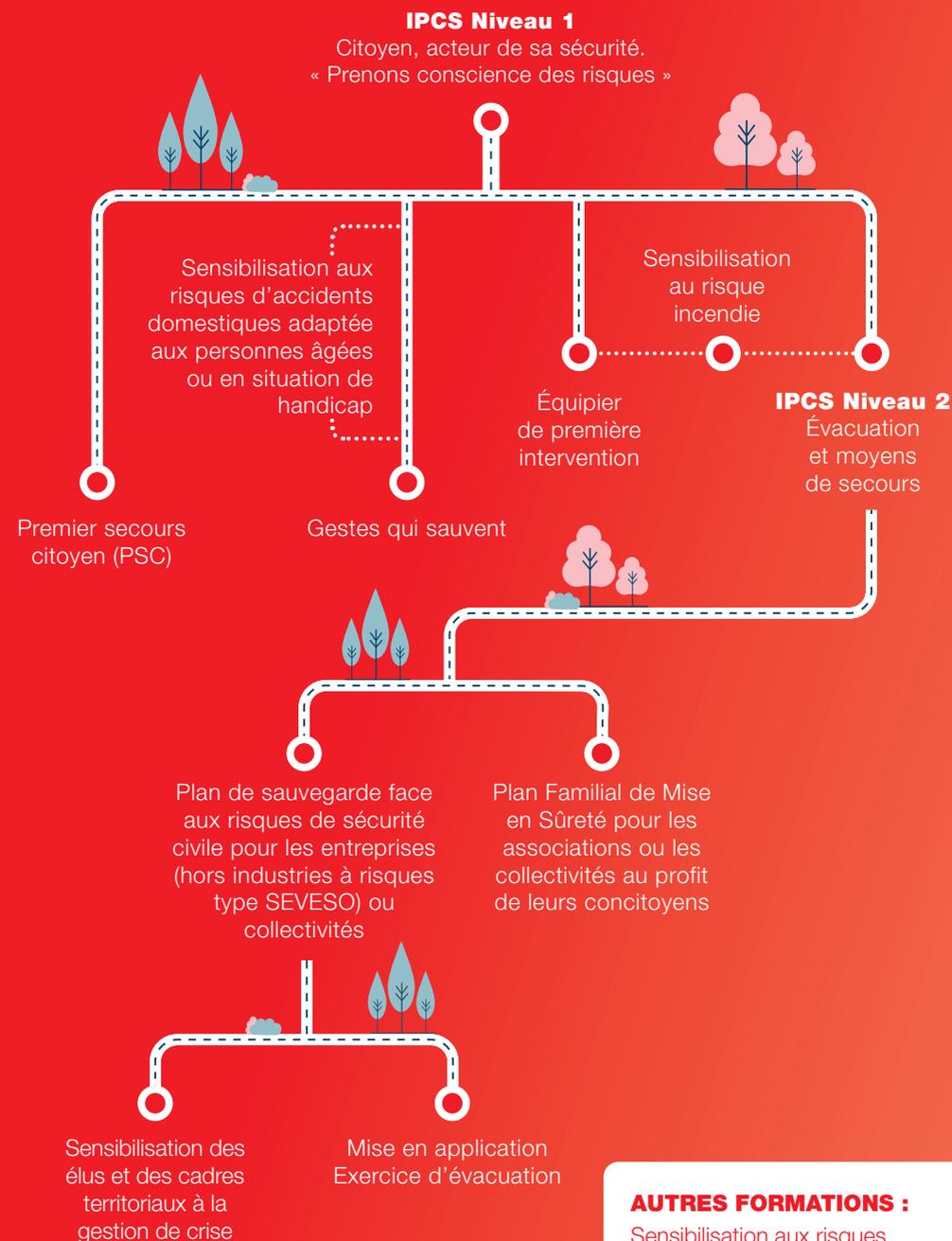
Ce catalogue présente les formations citoyennes proposées par le SDIS du Loiret s'appuyant sur un dispositif simple à mettre en œuvre.

Le Groupement Citoyenneté, Communication et développement du Volontariat saura vous conseiller et vous guider dans la mise en œuvre de vos projets.

PROCÉDURE D'ORGANISATION D'UNE FORMATION CITOYENNE



PARCOURS DE FORMATIONS CITOYENNES



AUTRES FORMATIONS :
Sensibilisation aux risques domestiques et aux comportements qui sauvent par le jeu pour les enfants de 5 à 10 ans
Vis ma vie de sapeur-pompier



LES
FORMATIONS



INFORMATION PRÉVENTIVE AUX COMPORTEMENTS QUI SAUVENT (IPCS)

Cette formation est le 1^{er} module de l'Information Préventive aux Comportements qui Sauvent (IPCS).

L'ensemble de la formation est composé de 3 modules :

IPCS1	Citoyen, acteur de sa sécurité
IPCS2	Évacuation et moyens de secours
IPCS3	IPCS3a : Plan Familial de Mise en Surêté (PFMS) Cible : associations ou collectivités au profit de leurs concitoyens
	IPCS3b : Plan de sauvegarde face aux risques de sécurité civile Cible : entreprises (hors industries à risques type SEVESO) ou collectivités



Il est possible d'organiser les 3 modules dans la même demi-journée.

IPCS1 : Citoyen, acteur de sa sécurité

	Tout public à partir de 16 ans		10 à 15 personnes
	2 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité ou association		

OBJECTIF :

- Prendre conscience des risques et savoir comment y faire face.

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Notions sur les états émotionnels de peur et de panique

Que faut-il savoir pour réagir face à un risque ?

- Différence entre un danger et un risque
- Connaissance de son environnement
- Les moyens de secours
- L'appel des secours
- Les comportements adaptés
- Se préparer
- Se connaître soi-même

IPCS2 : Évacuation et moyens de secours

	Tout public à partir de 16 ans		10 à 15 personnes
	2 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité ou association		Coût lot pédagogique Incendie : 200 €

OBJECTIFS :

- Être capable de donner l'alerte
- Acquérir les connaissances théoriques et pratiques relatives à la conduite d'une évacuation en toute sécurité
- Connaître les moyens de secours pour faire face à un début d'incendie et en limiter sa propagation

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

La propagation du feu, la dangerosité des fumées et leurs effets sur l'homme

Les comportements à adopter en situation d'incendie

L'alarme et l'alerte

Choix d'un itinéraire sécurisé

Notions de guide-file et de serre-file

Point(s) de rassemblement

Les moyens de secours (extincteurs, RIA, exutoire, porte coupe-feu, etc.) et le Système de Sécurité Incendie (SSI)

Exercices pratiques

i

Pour les entreprises ou collectivités, l'approche pédagogique sera réalisée dans le respect des consignes et des règlements internes.

Les exercices pratiques sont réalisés à l'aide de générateurs à fumée homologués, propres et sans danger pour les stagiaires.

IPCS3a : Plan familial de mise en sûreté

	Tout public à partir de 16 ans		10 à 15 personnes
	1 heure		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité ou association		

OBJECTIFS :

- Informer et sensibiliser les citoyens sur les risques pouvant exister
- Développer une culture familiale du risque
- Autonomiser les citoyens sur leur gestion de crise au niveau familial

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Le citoyen est le maillon central de la gestion de crise : chaque famille doit s'y préparer

Notions de confinement et d'évacuation des populations

L'exposition aux risques qui nous entourent

Les moyens d'alerte

Les consignes de sécurité

Composition d'un kit d'urgence

Comment concevoir mon PFMS ?

IPCS3b : Plan de sauvegarde face aux risques de sécurité civile

	Tout personnel d'une entreprise ou d'une collectivité		10 à 15 personnes
	2 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité ou association		

OBJECTIFS :

- Informer et sensibiliser les personnels de l'entreprise ou de la collectivité sur les risques de sécurité civile pouvant exister
- Développer une culture du risque au sein de l'entreprise ou de la collectivité

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Le citoyen est le maillon central de la gestion de crise : chacun doit s'y préparer

Notions de confinement et d'évacuation des populations

L'exposition aux risques qui nous entourent

Les moyens d'alerte

Les consignes de sécurité

Comment concevoir un plan de sauvegarde face aux risques de sécurité civile au sein de l'entreprise ou de la collectivité ?



EXERCICE D'ÉVACUATION



L'exercice pratique est réalisé à l'aide de générateurs à fumée homologués, propres et sans danger pour les personnes.

	Tout personnel de l'établissement		L'ensemble du personnel
	2 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise ou collectivité		

OBJECTIFS :

- Activer ou identifier le signal d'évacuation pour l'ensemble du personnel
- Conduire une évacuation rapidement et dans le calme en respectant les consignes et règlements de l'établissement

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Exercice pratique d'évacuation :

- L'alarme et l'alerte
- Mise en oeuvre des moyens de protection et exploitation du Système de Sécurité Incendie (SSI)
- Choix d'un itinéraire sécurisé
- Notions de guide-file et serre-file
- Point(s) de rassemblement
- Intérêt du comptage des personnes
- L'accueil des secours

Débriefing de l'exercice



SENSIBILISATION DES ÉLUS ET DES CADRES TERRITORIAUX À LA GESTION DE CRISE

	Élus d'un conseil municipal et leurs cadres territoriaux		10 à 15 personnes
	6 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre collectivité		Coût lot pédagogique : 25 €

OBJECTIFS :

- Reconnaître et caractériser les situations de crise
- Se préparer : du diagnostic au plan communal de sauvegarde (PCS) ou comment mieux organiser sa collectivité à la première réponse opérationnelle
- Pérenniser la démarche dans le temps en confortant les enjeux et principes de solidarité et de subsidiarité

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Introduction à la notion d'événement majeur et de basculement en crise

Les notions fondamentales de la gestion de crise :

- La caractérisation d'une crise et les situations comportementales afférentes
- La connaissance des acteurs impliqués
- Les relations Sécurité / Secours / Sauvegarde
- La résilience de la population et des organisations, solidarité : atout des territoires

Les outils de la gestion de crise

Exercices immersifs de gestion de cellule de crise et débriefings



SENSIBILISATION AU RISQUE INCENDIE

	Tout public à partir de 16 ans		8 à 12 personnes
	3 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité ou association		Coût lot pédagogique : Incendie : 200 €

OBJECTIFS :

- Acquérir des connaissances relatives à la prévention et à la lutte contre les incendies
- Savoir utiliser un moyen d'extinction pour faire face à un début d'incendie

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

La connaissance du feu :

- Les causes
- Les facteurs d'éclosion et de propagation du feu (triangle du feu) et des fumées
- La dangerosité des fumées et leurs effets sur l'homme
- Les différentes classes de feu et leurs procédés d'extinction

Les moyens d'extinction, principe de fonctionnement et mise en oeuvre

- Les différents types d'extincteurs
- Le robinet d'incendie armé (RIA)

Démonstration du désenfumage et du cloisonnement au moyen d'une maison à fumée

Exercices pratiques d'extinction sur feux réels avec différents types d'extincteurs



Pour les entreprises ou collectivités, l'approche pédagogique sera réalisée dans le respect des consignes et des règlements internes. Les exercices pratiques sur feux réels sont réalisés à l'aide de générateurs de flammes à gaz homologués, propres, sans fumée et sans danger pour les stagiaires.



ÉQUIPIER DE PREMIÈRE INTERVENTION (EPI)

	Tout personnel désigné par son employeur et destiné à intervenir sur un début d'incendie au sein de son établissement		8 à 12 personnes
	8 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise ou collectivité		Coût lot pédagogique Incendie : 200 €

OBJECTIFS :

- Acquérir des connaissances relatives à la prévention et à la lutte contre les incendies
- Donner l'alerte dans le respect des consignes et règles de l'entreprise ou collectivité
- Évacuer toute personne présente dans l'établissement, membre du personnel ou du public
- Savoir utiliser un moyen d'extinction pour faire face à un début d'incendie
- Travailler en équipe constituée

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

La connaissance du feu :

Les causes, les facteurs d'éclosion et de propagation du feu (triangle du feu) et des fumées, la dangerosité des fumées et leurs effets sur l'homme, les différentes classes de feu et leurs procédés d'extinction

La connaissance des risques, des consignes et règles de sécurité de l'établissement

L'organisation des secours au sein de l'établissement et accueil des services de secours extérieurs

L'alarme et l'alerte

L'évacuation :

Choix d'un itinéraire sécurisé, notions de guide-file et serre-file, point(s) de regroupement

Les moyens d'extinction, principe de fonctionnement et mise en oeuvre :

Les différents types d'extincteurs, le robinet d'incendie armé (RIA), les moyens spécifiques à l'entreprise

Démonstration du désenfumage et du cloisonnement au moyen d'une maison à fumée

Exercices pratiques :

Extinction sur feux réels avec différents types d'extincteurs, manipulation de RIA



SENSIBILISATION AUX RISQUES D'ACCIDENTS DOMESTIQUES ADAPTÉE AUX PERSONNES ÂGÉES OU EN SITUATION DE HANDICAP

	Toute personne âgée ou en situation de handicap et tout personnel d'établissement en charge de leur accueil		10 à 15 personnes
	3 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre collectivité ou association		Coût lot pédagogique SUAP : 25 €

OBJECTIFS :

- Acquérir les connaissances théoriques et pratiques relatives aux risques domestiques dans un logement et ses abords
- Être capable d'identifier les risques chez soi et de donner l'alerte en cas d'accident
- Connaître les moyens existants destinés à lutter contre les accidents domestiques
- Savoir mettre en place des actions préventives

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Les lieux à risques

La connaissance des risques d'accidents domestiques :

- le risque de chute
- le risque d'intoxication au monoxyde de carbone
- le risque d'intoxication médicamenteuse
- le risque d'asphyxie par suffocation
- le risque électrique
- le risque d'incendie domestique
- le risque de noyade

Les moyens de prévention en fonction du risque

Comment réagir face à une personne :

- qui est inconsciente et qui respire
- qui est inconsciente et qui ne respire plus
- qui saigne abondamment
- qui s'étouffe

L'appel des secours

Exercices pratiques



GESTES QUI SAUVENT

	Tout public à partir de 10 ans		10 à 15 personnes
	2 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 10 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité ou association		Coût lot pédagogique SUAP : 25 €

OBJECTIFS :

- Assurer la protection immédiate, adaptée et permanente, de soi-même, de la victime et des autres personnes, des dangers environnants, notamment du sur-accident en utilisant, si nécessaire, les moyens à disposition
- Assurer la transmission de l'alerte aux secours d'urgence adaptés (15, 18,112 ou 114)
- Reconnaître une victime qui saigne abondamment et réaliser les gestes de secours qui s'imposent pour assurer sa survie
- Reconnaître une victime qui ne répond pas et ne réagit pas, apprécier la respiration et réaliser les gestes de secours qui s'imposent pour assurer sa survie
- Mettre une victime dans une position d'attente adéquate

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Protection :

Protéger une victime ou une personne en écartant ou supprimant, de quelque manière que ce soit et de façon permanente, tout danger qui la menace.

Alerte :

Transmettre au service de secours d'urgence les informations nécessaires à son intervention.

Hémorragies externes :

Arrêter ou limiter la perte de sang de la victime et retarder l'installation d'une détresse qui peut entraîner la mort dans l'attente des secours.

Plaies :

Mettre la victime en position d'attente pour la maintenir en vie en attendant les secours.

Perte de connaissance :

Réaliser immédiatement la mise sur le côté d'une victime qui présente une perte de connaissance (et qui respire normalement) dans l'attente des secours.

Arrêt cardiaque :

Mettre en oeuvre des compressions thoraciques, associées ou non à l'utilisation d'un défibrillateur automatisé externe (DAE), chez une victime qui présente un arrêt cardiaque, dans l'attente des secours.



SENSIBILISATION AUX RISQUES DOMESTIQUES ET AUX COMPORTEMENTS QUI SAUVENT

PAR LE JEU POUR LES ENFANTS DE 5 À 10 ANS

	Tout enfant âgé de 5 à 10 ans et tout personnel d'établissement en charge de leur accueil		5 à 10 enfants
	1 heure 30		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre collectivité ou association		Coût lot pédagogique : 25 €

OBJECTIFS :

- Sensibiliser l'enfant aux risques domestiques en l'associant et en le rendant acteur de sa propre sécurité
- Responsabiliser l'enfant, sans dramatiser, en lui transmettant des connaissances et des compétences dans un objectif de prévention et d'acculturation aux risques dans le cercle familial
- Apprendre à l'enfant à reconnaître ses limites et en faire un citoyen responsable
- Agir sur l'environnement de l'enfant

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Les lieux à risques :

- à la maison
- à l'école
- dans la rue
- dans la nature

La connaissance des risques d'accidents domestiques :

- le risque de chute
- le risque de brûlure
- le risque d'étouffement
- le risque électrique
- le risque d'incendie domestique
- le risque de noyade

Les moyens de prévention en fonction du risque

Comment réagir face à une personne :

- qui est inconsciente
- qui fait un malaise

L'appel des secours



Cette sensibilisation est animée de manière ludique.



VIS MA VIE DE SAPEUR-POMPIER

Cette prestation retrace plusieurs activités de sapeurs-pompiers à partir d'exercices pratiques et ludiques. Le participant réalise plusieurs missions en s'appuyant sur la cohésion d'équipe.

Les exercices ont pour objet de faire vivre l'activité de sapeur-pompier tout en renforçant l'esprit de cohésion entre les membres de l'entreprise, la collectivité ou l'association.

	Tout le personnel d'une entreprise, collectivité ou association travaillant en équipe		5 à 10 enfants
	4 heures		Coût horaire stagiaire net de taxe : 26 €
	Au sein de votre entreprise, collectivité, association ou d'un centre d'incendie et de secours du Loiret		Coût lot pédagogique : 100€ (1 lot de tenues de feu pour 4 personnes) 70€ (1 engin incendie)

OBJECTIFS :

- Renforcer l'esprit de solidarité et de cohésion au sein de l'équipe
- Prendre conscience de la réalité des missions des sapeurs-pompiers

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

Manoeuvre incendie :

- À l'aide de matériels à sa disposition, une équipe de 4 à 5 participants doit réaliser l'établissement d'une lance à eau.
- L'objectif est de mettre l'établissement de tuyaux en eau puis d'atteindre deux cibles avec le jet de lance.
- Cet exercice fait appel à l'initiative et à l'échange au sein du groupe.

Parcours sous Appareil Respiratoire Isolant (ARI) :

- Les participants, équipés chacun d'un ARI, sont chargés de réaliser en binôme un parcours dans l'obscurité. L'équipe est guidée par une ligne de vie.
- L'objectif est d'appréhender les contraintes physiologiques du port d'un ARI et de s'entraider pour réaliser l'ensemble du parcours.
- Cet exercice fait appel à la capacité à communiquer face à une situation (progression dans l'obscurité avec franchissement d'obstacles).

Sauvetage d'une personne au moyen d'un dispositif de descente sur corde :

- Les participants, regroupés en équipe de 4, ont pour mission d'évacuer une personne située sur un balcon du 1^{er} étage au moyen d'un dispositif composé d'une corde, de sangles et d'un baudrier.
- L'objectif est de réaliser le dispositif de descente à partir d'un descriptif simple afin de procéder à l'évacuation d'un mannequin par l'extérieur.
- Cet exercice fait appel à l'initiative, l'échange au sein du groupe et à l'entraide pour mener à bien la mission.



Pour chacune des situations, la difficulté des exercices pourra être adaptée par les animateurs en fonction de l'aisance des stagiaires et de la dynamique de groupe. Aussi, les participants sont préalablement habillés des équipements de protection des sapeurs-pompiers. Une mise en scène est adaptée au sein du site pour simuler un départ en intervention.



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
AUX FORMATIONS :**

02 38 61 90 84
citoyennete@sdis45.fr

**SERVICE DÉPARTEMENTAL D'INCENDIE
ET DE SECOURS DU LOIRET**

195, RUE DE LA GOURDONNERIE,
45404 FLEURY-LES-AUBRAIS CEDEX
TÉL : 02 38 523 523

CRÉATION ET RÉDACTION :
SERVICE COMMUNICATION SDIS45

MISE À JOUR : MARS 2025



