

## Les premiers secours

Les gestes de premiers secours bien pratiqués peuvent permettre de sauver des vies.



Des formations existent à Brest. Des défibrillateurs sont également installés un peu partout dans Brest et notamment à l'extérieur de certains bâtiments municipaux. Ils peuvent permettre de limiter le temps d'intervention lorsqu'une personne fait un arrêt cardiaque.

## Pourquoi se former aux premiers secours ?

Chacun de nous peut, un jour, être témoin d'un malaise, d'un accident ou d'une chute. Or dans ce genre de situation, après avoir prévenu les secours et en attendant leur arrivée, on peut souvent se sentir inutile et impuissant.

Connaître les bons gestes peut parfois sauver une vie, ou du moins permettre de « stabiliser » la victime, en dégradant le moins possible son état de santé.

## Où se former à Brest ?

**La Croix Rouge française** –

### **[La Croix Rouge Française](#)** ↗

Centre Régional de Formation Professionnelle

Tél. : 02 98 05 22 40

[crfp.bretagne@croix-rouge.fr](mailto:crfp.bretagne@croix-rouge.fr)

Formations proposées : PSC 1 - PSE 1 - PSE 2 – SST – BNMP5 – CPS – CRPS – Recyclages

Formation à Brest, Quimper, Rennes, Saint-Brieuc et Vannes.

### **[Association Départementale de Protection Civile](#)** ↗ (ADPC 29)

5, rue de Fougères - 29200 Brest

Tél. : 06 01 93 61 99

[finistere@protection-civile.org](mailto:finistere@protection-civile.org)

Formations proposées : Gestes qui Sauvent (GQS) - PSC1 - PSE1 - PSE2 - Pédagogie Initiale et Commune de Formateur (PIC-F)

Formateur PSC (PAE F PSC) - Formateur PS (PAE F PS)

Formations continues PSE1, PSE2, formateur PSC, formateur PS.

### **[Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme](#)** ↗

Comité Départemental du Finistère

[cd29.ffss@gmail.com](mailto:cd29.ffss@gmail.com)

Formations proposées : PSC 1 - PSE 1 - Recyclage PSE1 - Initiation défibrillateur – Surveillant de baignade + révision

### **[Œuvres Hospitalières de l'Ordre de Malte](#)** ↗

Centre de Formation du Finistère

9 rue de Vendée - 29200 Brest

Tél. : 06 31 38 74 49 (Mme Chabaud)

Formations proposées : PSC 1 - PSE 1 - PSE 2 – Formation de formateur PICF - PAE PS - SST

### **[Société nationale de sauvetage en mer \(SNSM\)](#)** ↗

Centre de formation et d'intervention

34, quai Commandant Malbert - 29200 Brest

Tél. : 02 98 43 42 13

[cf.brest@infonie.fr](mailto:cf.brest@infonie.fr)

Formations proposées : PSC 1

## **Les numéros utiles en cas d'accident, de malaise ou d'arrêt cardiaque**

SAMU : le 15

Pompiers : le 18

## **Les défibrillateurs à Brest**

Le taux de survie après un arrêt cardiaque est estimé à seulement 2 ou 4 % si aucun geste de premiers secours n'est pratiqué. Des gestes simples et l'utilisation d'un défibrillateur le plus rapidement possible peuvent permettre de multiplier ce taux par dix, pour le faire passer à environ 35% de chances de survie.

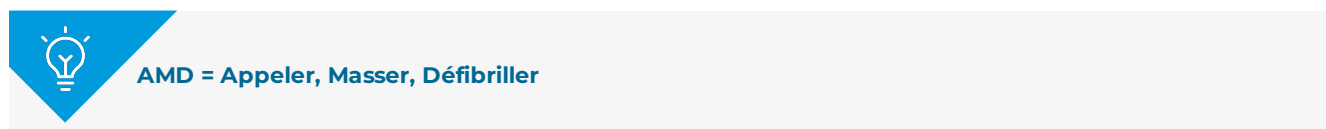
Sachant que le délai d'intervention des équipes d'urgence se situe entre 7 et 30 minutes et que l'utilisation d'un défibrillateur devrait être réalisée dans les 3 premières minutes suivant l'arrêt cardiaque, on comprend vite l'importance d'une formation aux gestes élémentaires de premiers secours et/ou l'utilisation rapide d'un défibrillateur.

Des défibrillateurs ont été installés un peu partout dans Brest et notamment à l'extérieur de certains bâtiments municipaux. Ils peuvent permettre de limiter le temps d'intervention lorsqu'une personne fait un malaise cardiaque.

## Des séances de découverte et de sensibilisation

Le service promotion de la santé propose des séances de découverte et de sensibilisation sur la conduite à tenir par un témoin d'arrêt cardiaque.

Le message délivré est le suivant : « Surtout pas, ne rien faire »



## Campagne nationale « Adoptons les comportements qui sauvent »

Grande cause nationale 2016, la campagne "Adoptons les comportements qui sauvent" portée par la Fédération nationale des sapeurs-pompiers de France, la Croix-Rouge française et la Protection Civile sensibilise, mobilise les citoyens et met l'accent sur les comportements préventifs et sur la nécessité de se former aux gestes de premiers secours.

[www.comportementsquisauvent.fr](http://www.comportementsquisauvent.fr) ➔

Le portail de la prévention des accidents de la vie courante ➔

La Croix Rouge française ➔

Santé-vous bien à Brest ➔

## Contact

### Service Promotion de la santé de la ville de Brest

16 rue Alexandre Ribot  
29200 Brest

☎ 02 98 00 80 80

🌐 [www.sante-brest.net](http://www.sante-brest.net)

@ [promotion-sante@mairie-brest.fr](mailto:promotion-sante@mairie-brest.fr)

## NOUS CONTACTER

Vous n'avez pas trouvé l'information que vous cherchiez dans cette page ?



**Consultez notre foire aux questions**



**Ecrivez-nous**

## COMMENTAIRES

### Commentez cet article

Nom **(obligatoire)**

Prénom **(obligatoire)**

Courriel **(obligatoire)**

Commentaire **(obligatoire)**

Saisir votre commentaire

✖ **EFFACER**

✓ **ENVOYER**

### Commentaire (1)

Posté le 21-05-2018 à 11:05 lissan

RÉPONDRE

en effet, concrètement , la formation est nécessaire, car une intervention d'une personne non formée au défibrillateur est très souvent vouée à l'échec compte tenu de l'urgence, pour lire et comprendre les instructions même très simples, dans un état d'appréhension à mal faire, et tout ceci en quelques minutes (3 à 5 minutes maximum) dans un environnement anxiogène.

Dernière mise à jour le : **25 janvier 2021**



**HÔTEL DE METROPOLE**

24, rue Coat-ar-Guéven - CS 73826  
29238 BREST CEDEX 2  
Tel. : 02 98 33 50 50  
[www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Accueil téléphonique :  
02 98 33 50 50  
Lundi au Vendredi : 8h-18h  
Samedi : 8h30-12h30

**HOTEL DE VILLE DE BREST**

2, rue Frézier - CS 63834  
29238 Brest cedex 2  
Tel. : 02 98 00 80 80  
[www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Accueil téléphonique :  
02 98 00 80 80  
Lundi au Vendredi : 8h-18h  
Samedi : 8h30-12h30