

SECOURISME TACTIQUE D'URGENCE

Soit prêt à agir quand chaque seconde compte

WΔATH
WE ARE ATHLETIC



LE MONDE A CHANGÉ

Dans un monde où la violence, les accidents et l'imprévisible peuvent frapper à tout moment, **attendre les secours n'est plus une option**. Un attentat, un accident de la route, un accident domestique, une agression, un tir de chasse. Les premières minutes sont décisives quant à la survivabilité de la victime.

Et dans ces minutes-là... il n'y a souvent que **toi**.

La formation **SECOURISME** a été créée pour ceux qui refusent d'être spectateurs, qui veulent **savoir quoi faire quand tout s'effondre**, et qui comprennent que **la responsabilité d'agir ne se délègue pas**.

CE QUE TU APPRENDRAS



RÉAGIR SOUS PRESSION

Apprends à garder ton sang-froid dans le chaos. Tu apprendras à **évaluer une situation**, à **sécuriser ton environnement**, et à **prendre des décisions vitales** même quand le stress t'écrase.



LES GESTES QUI SAUVENT

Découvre les protocoles utilisés par les **forces spéciales, les pompiers et les secouristes d'élite**. Basé sur le protocole **TECC (Tactical Emergency Casualty Care)**, reconnu internationalement.



PENSER COMME UN OPÉRATIONNEL

Protocole **MARCH**, gestion du **stress physiologique** et du **focus tactique**. Communication claire et leadership en situation d'urgence.

PENSER COMME UN OPÉRATIONNEL

Penser comme un opérationnel, ce n'est pas seulement connaître des gestes c'est coordonner ta tête, ton corps et ton équipe pour prendre des décisions claires, rapides et sûres en situation d'urgence. C'est appliquer un protocole (MARCH) tout en gérant ton stress et celui des autres, en communiquant avec efficacité et en priorisant la survie globale sans te sacrifier inutilement.

LES PRINCIPES CLES DE LA PENSEE OPERATIONNELLE

Conscience situationnelle élargie

Apprends à scanner et analyser l'environnement rapidement. Identifie les menaces/dangers immédiats (ex: tireur actif, danger structurel, exposition), les ressources disponibles (ex: abri, matériel de secours, personnels disponibles), et les victimes potentielles pour établir un périmètre de sécurité. C'est l'art d'anticiper le prochain mouvement du chaos.

Prise de décision sous contrainte

Développe la capacité à évaluer des informations partielles et contradictoires pour prendre des décisions vitales en quelques secondes. Finis les doutes paralysants ; tu apprendras à prioriser l'action selon la doctrine "Safety, Scene, Survivor" (Sécurité, Scène, Survivant).

Gestion du stress et du focus tactique

Maîtrise les techniques de respiration et de concentration pour canaliser l'adrénaline et la peur. Le stress est inévitable, mais tu apprendras à le transformer en un allié, en maintenant une pensée claire et un focus inébranlable sur ta mission : porter secours.

Communication et leadership en crise

Communique des informations cruciales avec clarté, concision et autorité, même avec des personnes en état de choc. Tu seras formé à diriger les témoins, à organiser l'aide spontanée et à transmettre des bilans précis aux secours professionnels à leur arrivée.

PROTOCOLE MARCH – APPLICATION TACTIQUE ET REGLES DE DECISION

01

1. Direct Threat (Care Under Fire)

Règle d'or : si la menace/danger est active

→ **contrôle massif des saignements uniquement** (garrot / pression) et extraction et/ou mise en sécurité

Ne pas perdre de temps sur airway ou pansements thoraciques tu t'exposes au danger.

Objectif mesurable : **garrot posé en moins de 30 s** quand nécessaire.

02

2. Indirect Threat (Warm Zone)

Appliquer **MARCH** dans l'ordre strict :

- **M** : Stoppe hémorragies massives (garrot, bandage compressif).
- **A** : Vérifie voies aériennes ; traite obstructions (chin lift, OPA/NPA, position latérale).
- **R** : Recherche et traite plaies thoraciques (chest seal si « siffle »).
- **C** : Prévient le choc (positionnement, couverture, fluides si permis).
- **H** : Prévient hypothermie, évalue neurologique, documente.

Règle temporelle : M→R traité en 60–90 s après sécurité relative.

03

3. Evacuation (Cold Zone / MEDEVAC)

Stabilisation et packaging du blessé pour transfert.

Handoff propre : état, gestes effectués, time-stamped interventions (ex : garrot posé 14:32).

L'ensemble du protocole MARCH vous sera enseigné et détaillé pour une compréhension et une intégration optimale.

GESTION DU STRESS PHYSIOLOGIQUE ET DU FOCUS TACTIQUE

Penser comme un pro = contrôler la chimie du corps pour garder la lucidité.

Techniques simples et efficaces

- **Respiration tactique** : 4 s inspiration — 4 s maintien — 4 s expiration. Permet d'abaisser FC et recadrer l'attention.
- **Micro-routines** : Automatiser 2-3 gestes initiaux (ex : main sur garrot, scan airway). Réduit la charge cognitive.
- **Check-list mentale (30s)** : S — Sécurité ; V — Vitales (MARCH quick-scan) ; C — Communiquer ; E — Plan d'évacuation.
- **Stress inoculation en formation** : Répétitions sous stress simulé (bruit, fumée) pour réduire la réponse « panique ».

Signes internes à monitorer

Tremblements, vision tunnel, pensées circulaires. Si présent → respiration + délégation immédiate.

Focus tactique – attention répartie et priorisation

- **Vision en couches** : 1) menace/danger (externe), 2) blessés (qui a besoin de quoi), 3) ressources (qui peut faire quoi), 4) évacuation.
- **Règle des 3 secondes** : si une information ne peut être traitée en moins de 3s, note la et passe à l'action prioritaire.
- **Gestion du multitâche** : découper en micro-rôles (ex : opérateur garrot, opérateur airway, communicant/leader).

Communication claire & leadership en urgence

La communication est le lubrifiant de l'opération : sans elle, tout s'enraye.

Principes de communication opérationnelle / Leadership comportemental

- **Boucle fermée (closed-loop)** : l'ordre est donné → l'ordre est répété → l'ordre est exécuté → exécutant confirme.
- **Messages courts, verbes d'action** : pas d'interrogations ambiguës.
- **Priorités vocales** : sécurité → besoin urgent → demande d'aide → évacuation.
- **Canal unique** : limiter qui parle pour éviter le bruit.
- **Script d'handoff** (pour évacuation vers secours pro) : Nom / Âge aprox / Mécanisme / Interventions (garrot(s), airway, chest seal) / ETA.

ENTRAÎNEMENTS PRATIQUES

Parce que la théorie ne sauve personne. Chaque geste est répété, chronométré, simulé dans des conditions réelles :

Conditions réalistes

Bruit, obscurité, stress, sang factice, fumée, urgences simulées.

Pratique intensive

Entraînement sur mannequins, binômes, et scénarios opérationnels.

Extraction d'urgence

Extraction et évacuation d'urgence d'un blessé.

📌 **Tu seras évalué sur ta capacité à agir, pas à réciter.**

À LA FIN DE CETTE FORMATION, TU REPARS AVEC :



La maîtrise des gestes qui sauvent

En situation d'urgence.



Une confiance opérationnelle

Dans ta capacité à agir sous stress.



Une attestation officielle

"Secourisme Tactique d'Urgence".



Et surtout

La certitude d'être prêt.

POUR QUI ? & L'ÉTAT D'ESPRIT DU SAUVETEUR TACTIQUE

POUR QUI ?

- Agents de sécurité, forces de l'ordre, militaires.
- Professionnels du sport, du coaching, du plein air.
- Civils responsables, pères, mères, citoyens lucides.
- Toute personne qui refuse d'être impuissante face à l'urgence.

L'ÉTAT D'ESPRIT

Tu ne deviens pas médecin. Tu deviens quelqu'un **qui agit quand les autres figent**. Quelqu'un qui comprend que **préparer, c'est protéger**. C'est ce que nous appelons, chez CivTac :

"La Responsabilité de la force."

FORMATION ANIMÉE PAR :

Des **instructeurs issus du terrain** : anciens militaires, secouristes opérationnels, formateurs, spécialistes en préparation physique et en gestion du stress tactique.

TARIF & INSCRIPTION

179€

Tarif TTC

2

Jours intensifs

14 heures de formation

20

Places limitées

Par session pour garantir la qualité pédagogique

 **Lieu :** WAATH HQ – Hyères

 **Prochaine session :** 7/8 Février 2026

ATTENTION – CE N'EST PAS UNE FORMATION CLASSIQUE.

Ce n'est pas un stage de secourisme "gentil". C'est une **formation de terrain**, pour apprendre à réagir **dans le vrai chaos**. Tu vas transpirer. Tu vas te confronter à ton sang-froid. Mais tu ressortiras transformé. Et peut-être... **capable de sauver une vie.**



INSCRIS-TOI MAINTENANT

👉 direction notre site internet civtac.fr en bas de la page "MEDIC" ou sur le lien suivant : <https://civtac.fr/produit/stb-stu-7-8-fevrier-2026/>

"Ne sois pas spectateur du chaos. Apprends à être celui qui garde la tête froide."

L'équipe CivTac