

## Programme de formation

### Sensibilisation aux gestes de premiers secours en Pays de la Loire

#### À l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Intervenir efficacement face à une situation d'urgence en appliquant les conduites à tenir adaptées
- Assurer leur propre sécurité, celle de la victime et des témoins en identifiant les dangers et en adoptant un comportement adapté pour éviter le suraccident
- Identifier une situation dangereuse et mettre en place une protection adaptée
- Reconnaître les principales situations d'urgence (malaise, étouffement, hémorragie, perte de connaissance...)
- Examiner rapidement une victime afin d'adapter son intervention
- Réaliser les gestes de premiers secours essentiels, adaptés à la situation et à l'état de la victime, afin d'assurer une prise en charge efficace et sécurisée jusqu'à l'arrivée des secours.
- Adopter un comportement calme et adapté face à une situation d'urgence
- Développer des réflexes simples, rapides et efficaces applicables au quotidien



#### Prérequis

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation.

Cette sensibilisation est accessible à toute personne souhaitant acquérir les gestes essentiels de premiers secours, sans connaissance préalable dans le domaine.

Une compréhension orale du français est recommandée afin de suivre les consignes et participer aux mises en situation.

#### Public concerné

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant acquérir les gestes essentiels de premiers secours.

Elle est accessible aux salariés, aux particuliers, aux encadrants, ainsi qu'à toute personne amenée à réagir face à une situation d'urgence dans un cadre professionnel ou personnel.

#### Accessibilité handicap

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.

Adaptation possible selon les besoins.

## Organisation

**Durée :** 2h à 3h (adaptable)

**Participants :** 4 à 12

**Lieu :** Formation réalisable en intra ou intra-entreprise ou en inter selon calendrier

**Format :** intra • inter

## Moyens pédagogiques

Exposés interactifs.

Études de cas.

Mises en situation pratiques.

Travaux en sous-groupes.

Débriefing collectif.

Échanges d'expériences.

Supports pédagogiques remis aux stagiaires.

Quiz interactifs en ligne.

Outils d'évaluation formative numériques.

Systèmes de vote en temps réel.

Supports digitaux interactifs.

## Évaluation

Évaluation continue basée sur la participation et la réalisation des gestes.

## Modalités pédagogiques

Formation en présentiel.

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques.

Mises en situation simulées d'accidents du travail.

Travaux en sous-groupes.

Démonstrations et entraînements aux gestes de secours (RCP, PLS, hémorragie...).

Analyse de situations concrètes issues de l'environnement professionnel des participants.

Échanges d'expériences et retours collectifs.

## Tarifs

**Intra-entreprise :** 450

**Inter-entreprises :** 80€ / participant

## Certification / attestation

Attestation de sensibilisation

## Cadre de la formation

Sensibilisation / secourisme

**DEVENEZ ACTEUR DE LA SÉCURITÉ !**

Sensibilisation aux **GESTES DE PREMIERS SECOURS** en Pays de la Loire

- PROTÉGER LES AUTRES** et soi-même
- RÉAGIR VITE, FAIRE LA DIFFÉRENCE**
- UN GESTE AUJOURD'HUI, UNE VIE DEMAIN**

**PROVENCE PAYS DE LA LOIRE** AGISSONS ENSEMBLE

- ACCESSIBLE À TOUS** Aucun prérequis nécessaire
- FORMATEURS EXPERTS** Pédagogie pratique et bienveillante
- COMPÉTENCES ESSENTIELLES** Utiles dans la vie professionnelle comme personnelle

**PreventSphere**  
Prévenir aujourd'hui, protéger demain.

APPRENDRE • COMPRENDRE • RÉAGIR  
*La prévention commence par vous.*

**INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT ET DEVENEZ ACTEUR DU CHANGEMENT !**

# Programme

---

## Comprendre les enjeux et le rôle du secouriste

- Situer l'importance des gestes de premiers secours en entreprise
- Comprendre les conséquences d'un retard d'intervention
- Identifier son rôle en tant que premier intervenant

## Protéger : sécuriser la situation

- Identifier les dangers immédiats pour soi, la victime et les témoins
- Mettre en place une protection adaptée à la situation
- Prévenir le sur-accident et sécuriser l'environnement

## Examiner : évaluer l'état de la victime

- Rechercher les signes de détresse vitale (conscience, respiration...)
- Identifier rapidement le problème principal
- Prioriser les actions à mener en fonction de l'état de la

## Alerter : transmettre efficacement les informations

- Identifier les secours à contacter selon la situation
- Transmettre un message clair, précis et structuré
- Faciliter l'intervention et l'arrivée des secours

## Secourir : réaliser les gestes adaptés

- Mettre en œuvre les gestes de premiers secours essentiels
- Adapter son intervention à chaque situation rencontrée
- Gérer son stress et agir avec efficacité en situation réelle