

# LES GESTES QUI PEUVENT SAUVER UNE VIE

## Sensibilisation aux Gestes Qui Sauvent

GQS

### POURQUOI SE FORMER ?

#### Devenez le premier maillon de la chaîne de secours

Face à une urgence, chaque citoyen peut agir.

Cette formation permet d'acquérir les gestes essentiels pour protéger une victime et intervenir efficacement en attendant les secours.

### OBJECTIF

À l'issue de cette sensibilisation, les participants seront capables de :

- ✓ Protéger une victime et les témoins
- ✓ Donner l'alerte de manière efficace
- ✓ Réagir face aux principales situations d'urgence
- ✓ Réaliser les gestes de premiers secours essentiels

### CONTENU

#### Protéger et alerter

- Identifier un danger
- Mettre en sécurité la victime
- Donner une alerte efficace

#### Stopper une hémorragie

- Compression manuelle
- Pansement compressif
- Utilisation d'un garrot

#### Réagir face à une victime inconsciente

- Libération des voies aériennes
- Mise en Position Latérale de Sécurité (PLS)

#### Intervenir lors d'un arrêt cardiaque

- Compressions thoraciques
- Utilisation du défibrillateur automatisé externe (DAE)

### TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES

- Démonstrations pratiques
- Exercices de mise en situation
- Apprentissage des gestes de premiers secours
- Livret pédagogique remis aux participants

### VALIDATION DES ACQUIS

Délivrance d'une attestation de sensibilisation aux Gestes Qui Sauvent. Les participants peuvent ensuite poursuivre leur apprentissage avec la formation Premiers Secours Citoyen (PSC).

La formation ne permet pas de valider un/ou des blocs de compétences, des équivalences ou passerelles.

### CONTACT

04.86.95.10.94 - 06.08.37.36.64

[contact@alpha-secourisme.com](mailto:contact@alpha-secourisme.com)

[www.alpha-secourisme.com](http://www.alpha-secourisme.com)



#### Public concerné

Toute personne âgée de 10 ans minimum

#### Pré-requis

Aucun

#### Durée

2 heures

#### Effectif

15 participants maximum

#### Encadrement

Formateur en secourisme

#### Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

#### Prix

Nous consulter