

## Informations

Durée :

A déterminer selon les thématiques souhaitées

## Public : Tout personnel

## Pré-requis : Aucun

## Nombre de stagiaires

10 participants maximum

## Validation

## Remise d'une attestation de participation

## Objectif de la formation

La formation **Initiation aux gestes d'urgence** permet à toute personne d'acquérir les **réflexes essentiels** pour faire face à une situation d'urgence, en attendant l'arrivée des secours.

Malaise, chute, hémorragie, étouffement ou arrêt cardiaque peuvent survenir à tout moment, aussi bien au travail que dans la vie quotidienne. Cette formation apporte des **gestes simples, concrets et immédiatement applicables**. Elle constitue une **alternative adaptée** lorsque les participants ne peuvent pas se libérer sur la durée nécessaire à une formation **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**, tout en garantissant l'acquisition des actions prioritaires à connaître en cas d'urgence.

## Contenu de la formation

Le contenu est **adaptable** en fonction de votre environnement et de vos attentes.  
Il s'appuie sur les gestes essentiels de premiers secours.

## Principaux thèmes abordés :

- Protection et sécurisation de la zone
  - Alerte des secours et transmission des informations
  - Position Latérale de Sécurité (PLS)
  - Prise en charge d'une **hémorragie**
  - Conduite à tenir face à un **étouffement**
  - Réaction face à un **malaise**
  - Initiation à la **réanimation cardio-pulmonaire (RCP)**