

Secourisme · SECOURS 3
QQS — Gestes Qui Sauvent

Durée	4 heures
Public visé	Tout public dès 10 ans — salariés, associations, grand public
Prérequis	Aucun
Modalité	Présentiel — Intra ou Inter-entreprise — Sur site
Effectif	Jusqu'à 12 participants
Référentiel	Recommandations Ministère de l'Intérieur / INRS — Sensibilisation citoyenne

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Identifier rapidement une situation d'urgence et ses dangers
2. Alerter efficacement les services de secours (15, 18, 112)
3. Réaliser un Massage Cardiaque Externe (MCE) sur mannequin
4. Utiliser un Défibrillateur Automatisé Externe (DAE) en autonomie
5. Traiter une hémorragie externe grave (compression directe, garrot)
6. Mettre une victime inconsciente en Position Latérale de Sécurité (PLS)
7. Désobstruer les voies aériennes en cas d'étouffement (Heimlich)

PROGRAMME DE FORMATION

M1	Principes fondamentaux — reconnaître l'urgence, sécuriser, alerter (15/18/112)
M2	Arrêt cardiaque — MCE sur mannequin + utilisation du DAE
M3	Étouffement — manœuvres de désobstruction Heimlich
M4	Hémorragie grave — compression directe, sensibilisation au garrot
M5	PLS — victime inconsciente qui respire — pratique sur mannequin

Évaluation	Évaluation continue basée sur la participation active et la bonne exécution des gestes pratiques — pas d'examen final
Sanction	Attestation de suivi de formation — remise à chaque participant
Financement	OPCO (plan de développement des compétences) / Prise en charge directe employeur
Délai d'accès	Délai d'accès : à partir de la signature de la convention de formation, la prestation est organisée dans un délai de 4 semaines en moyenne, selon les disponibilités du commanditaire et du formateur.
Accessibilité	Adaptation sur demande selon la situation de handicap — Contacter le référent handicap au moins 15 jours avant le début de la formation
Indicateurs	Taux de satisfaction stagiaires (sur 5) : À venir Taux de participants maîtrisant les gestes en fin de session : À venir Nombre de sessions réalisées : À venir
Tarif	Sur devis — à partir de 450 € HT par session (demi-journée) ou 650 € HT par journée, selon le nombre de participants et le site d'intervention. Contactez-nous pour un devis personnalisé.