



# GESTES QUI SAUVENT

## GQS

### OBJECTIFS

- Protéger la victime et les témoins sans s'exposer soi-même au danger.
- Alerter les secours d'urgence.
- Effectuer les gestes de premiers secours destinés à protéger la victime et les témoins.

### MÉTHODES PEDAGOGIQUES

- Exposés interactifs.
- Démonstrations pratiques.
- Ateliers d'apprentissages des gestes et des conduites à tenir.
- Simulations.

### PROGRAMME

La conduite à tenir en cas d'accident : protéger, examiner, alerter.

Les premiers secours :

- Les hémorragies externes.
- La perte de connaissance.
- L'arrêt cardiaque, la réanimation cardio-pulmonaire et la défibrillation.

AGRÉÉ PAR  
LE  
MINISTÈRE DE  
L'INTÉRIEUR

### INTERVENANT

Formateur dynamique en prévention, secours civiques et SST, certifié INRS à jour de sa formation continue et sapeur-pompier expérimenté en activité.

### VALIDATION

- Une attestation est délivrée au stagiaire qui a participé activement à l'intégralité de la formation et a fait l'objet d'une évaluation favorable.
- Formation continue (recyclage) : vivement conseillée.



#### PUBLIC

Tout public,  
4 à 10 personnes.



#### RÉGLEMENTATION

Arrêté du 30 juin 2017



#### FINANCEMENT

OPCO, Région Grand-Est, Pôle Emploi, Direct, sous condition d'éligibilité



#### PRÉREQUIS

Aucun.



#### DURÉE

2h.



**Qualiopi**  
processus certifié

FR RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée  
au titre de la catégorie suivante :  
ACTIONS DE FORMATION



**LIFE SECUR'**  
Formation

**FORMATIONS**  
**SUR MESURE**



## FORMATION « SUR-MESURE »

Permet de répondre aux spécificités de votre structure et d'adapter la formation à votre demande.

- > Analyser vos besoins
- > Élaborer votre programme
- > Préparer l'intervention
- > Réaliser l'intervention
- > Évaluer les stagiaires
- > Assurer le suivi

## GAGE DE QUALITE

Agrément ou certification de nos formations en Santé et Sécurité au Travail par l'INRS ou la DREETS.



## FORMATS ADAPTÉS

En intra (votre entreprise) pour une formation sur mesure inscrite dans un projet institutionnel.  
En inter (multi-entreprises) pour échanger sur les différentes expériences de chacun, en dehors de son cadre de travail.

- Des formations dans vos locaux ou en externe.
- Des intervenants experts et dynamiques.
- Un suivi sur le long terme.



→ [lifesecur-formation.fr](https://lifesecur-formation.fr)