



### SECOURISME

Prévention et Secours Civiques PSC1  
Sauveteur Secouriste du Travail SST  
Initiation aux Premiers Secours  
et à l'utilisation d'un Défibrillateur  
Urgences Petite Enfance

### INCENDIE - EVACUATION

Manipulation des Extincteurs  
Evacuation Guide et Serre File  
Equipier Première Intervention Incendie

### HABILITATION ELECTRIQUE

B0 H0 H0V Exécutant  
B0 H0 H0V Chargé de Chantier  
BS BE Interventions Simples  
B1V BR B2V BC BE  
Essais Mesure Vérification  
H1V H2V HC HE Haute Tension

### RISQUES PHYSIQUES

Prévention des Risques liés  
à l'Activité Physique PRAP  
Industrie / Bureau / Commerce  
Sanitaire & Social  
Petite Enfance  
Gestes & Postures  
Conduite / Industrie / Manutention  
Petite Enfance  
PMR Personnes à Mobilité Réduite  
Personnel d'Entretien

### GESTION DES DECHETS

Déchets d'Activité de Soins DASRI  
Déchets Ménagers & Assimilés DMA

### HYGIENE ALIMENTAIRE

Méthode HACCP  
Hygiène Alimentaire en Restauration  
Plan de Maîtrise Sanitaire PMS

### HYGIENE DES SURFACES

Bio Nettoyage en Milieu Médical  
Nettoyage en EHPAD  
Nettoyage des Grandes Surfaces  
Nettoyage des Parties Communes  
Entretien des Résidences  
Organiser un Chantier  
Entretien Remise en Etat des Sols  
Mono Brosse - Auto Laveuse  
Matériels & Produits

### DOCUMENT UNIQUE

Accompagnement à la Réalisation  
Evaluation des Risques  
Vérification et Mise à Jour

## G Q S SENSIBILISATION AUX GESTES QUI SAUVENT



### Public concerné :

La sensibilisation aux gestes qui sauvent GQS s'adresse à tous, à partir de 10 ans y compris les personnes à mobilités réduites (PMR).

### Objectifs :

Cette sensibilisation permet de sensibiliser aux gestes de premiers secours et de faire de tout citoyen un premier maillon de la chaîne des secours.

Les gestes appris ont pour but de préserver l'intégrité physique d'une victime en attendant l'arrivée des secours.

Après avoir suivi la sensibilisation, le participant doit être capable :

- d'assurer la protection immédiate, adaptée et permanente, de lui-même, de la victime et des autres personnes, des dangers environnants, notamment du sur-accident en utilisant, si nécessaire, les moyens à disposition,
- d'assurer la transmission de l'alerte,
- de reconnaître une victime qui a perdu connaissance, d'apprécier la respiration et de réaliser les gestes de secours,
- de reconnaître une victime qui saigne abondamment et réaliser les gestes de secours qui s'imposent,
- mettre les victimes dans les positions d'attentes adéquates.

### Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire pour suivre la formation.

### Programme :

#### 1. SE PROTÉGER, SE METTRE EN SÉCURITÉ

Assurer la sécurité de la victime de soi-même ou de toute autre personne en attendant l'arrivée des secours

#### 2. ALERTE

Transmettre au service de secours d'urgence les informations nécessaires à son intervention

#### 3. ARRÊTER UNE HÉMORRAGIE

Stopper un saignement abondant (hémorragie externe) par une compression directe ou un garrot

#### 4. INSTALLER LA VICTIME EN POSITION D'ATTENTE

Installer la victime qui présente une plaie grave en position d'attente adaptée

#### 5. RÉALISER UNE RÉANIMATION CARDIO-PULMONAIRE

Identifier une victime adulte en arrêt cardiaque et mettre en œuvre une réanimation cardio-pulmonaire en utilisant un défibrillateur automatisé externe (DAE) si nécessaire

#### 6. POSITIONNER UNE VICTIME INCONSCIENTE QUI RESPIRE

Apprécier la conscience et la respiration de la victime

Mettre la victime en position latérale de sécurité

#### 7. SURVEILLER

Assurer la surveillance de la victime en attendant l'arrivée des secours ou d'une personne plus qualifiée

### Moyens et Méthodes pédagogiques :

Diaporama et Film(s), matériels de simulation, mannequins.

Exposés, études de cas, apports de connaissance, démonstrations, apprentissages.

### Intervenant :

Formateur en secourisme.

### Durée / Encadrement :

2 heures / 10 participants par intervenant.

### Technique pédagogique et attestation :

Exposés, démonstrations, ateliers pratiques / apprentissages.

Une attestation GQS est délivrée à chaque personne présente et ayant activement participé.