

CGE FORMATIONS

L'expérience à votre service

FICHE PROGRAMME : Formation Gestes de premiers secours

Référence : GPS CGE V1

Mise à jour : Version 1 du 06/03/2026



Objectifs de la formation

À l'issue de cette formation, le stagiaire sera en capacité de :

Être capable de protéger.

Être capable d'alerter les secours d'urgence adaptés.

Être capable de réagir face à une hémorragie ou un saignement abondant.

Être capable de prendre en charge une victime qui est inconsciente mais qui respire.

Être capable de prendre en charge une victime en arrêt cardiaque et de pratiquer une réanimation cardio-pulmonaire avec l'utilisation du défibrillateur.



Public & Pré-requis

- **Public concerné :** Tout public
 - **Pré-requis :** Aucun pré-requis spécifique n'est demandé
-



Parcours Pédagogique (Contenu)

La formation est dispensée en **présentiel** et couvre les modules suivants :

1. Protection et Alerte

Le but est de ne pas devenir une victime supplémentaire et de transmettre les bonnes informations.

- **La Protection :** Évaluer les dangers (feu, gaz, circulation) et sécuriser la zone ou dégager la victime si nécessaire.
- **L'Alerte :** Qui appeler ? (18, 15, 112, 114).
- **Le message d'alerte :** Localisation, nature du problème, nombre de victimes, état des victimes

2. Les Hémorragies

Apprendre à arrêter un saignement abondant.

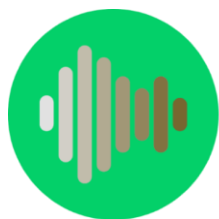
- **La compression directe :** Appuyer fort sur la plaie avec la main (protégée) ou un linge propre.
- **Le pansement compressif :** Utiliser un lien large pour maintenir la compression.
- **Le garrot :** Savoir quand et comment poser un garrot "de fortune" ou industriel (au-dessus de la plaie, sur un membre).

3. Les Victimes Inconscientes

C'est le cœur du programme, divisé en deux situations :

A. La victime respire (Perte de connaissance)

- Libération des Voies Aériennes (LVA).
- Mise en **Position Latérale de Sécurité (PLS)**.
- Surveillance jusqu'à l'arrivée des secours.



CGE FORMATIONS

L'expérience à votre service

B. La victime ne respire plus (Arrêt Cardiaque)

- Reconnaître l'arrêt (ne répond pas, ne bouge pas, la poitrine ne se soulève pas).
- **Le Massage Cardiaque** : Rythme (100-120 compressions/min) et profondeur.
- **Le Défibrillateur (DAE)** : Savoir où le trouver, comment l'allumer et suivre les instructions vocales.

✂ Méthodes & Évaluations

- **Méthodes pédagogiques** :

Pour que ce programme soit efficace, il ne doit pas être uniquement théorique :

Démonstrations pratiques : Le formateur montre le geste parfait.

Ateliers de groupe : Chaque participant s'exerce sur un mannequin (massage) ou sur un partenaire (PLS, compression).

Mise en situation : Un scénario rapide pour tester les réflexes.

- **Modalités d'évaluation** : L'évaluation est réalisée tout au long de la formation au cours des différentes mises en situations pratiques.
- **Validation** : Délivrance d'une attestation d'assiduité . Article L6353-1 du Code du travail, nous ne pouvons délivrer qu'une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action, ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

⚙ Modalités Pratiques

- **Durée** : 2 Heures
- **Effectif** : De 2 à 10 personnes.
- **Délais d'intervention** : 3 semaines après signature de la convention.
- **Accessibilité** : Formation accessible aux personnes en situation de handicap .
Contactez Christophe Geneste pour l'adaptation pédagogique.
Prix sur demande selon nombre de stagiaires .



Contact & Inscriptions

Christophe GENESTE  Mail : cgeformations@gmail.com



Tél : 06 33 40 47 27

Note importante : Ce programme est une base de sensibilisation. Pour obtenir une attestation officielle, il est nécessaire de passer par un organisme agréé (Croix-Rouge, Pompiers, Protection Civile)

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro **11941240594** auprès du préfet de région d'Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.