

Les gestes qui sauvent :

Prérequis : niveau A2 et +

Durée : 4 jours (24 heures)

Nombre de stagiaires : de 6 à 10 personnes

Les objectifs généraux

- Maîtriser l'expression et la compréhension écrite et orale ciblée sur le vocabulaire spécifique des premiers secours
- Rechercher les risques pour protéger, examiner une victime
- Alerter les secours et secourir une victime jusqu'à la prise en charge des secours spécialisés
- Connaître les limites des gestes qui sauvent

Les objectifs opérationnels

- Développer ses capacités de communication orale et écrite
- Apprendre à récolter et transmettre des informations
- Intervenir face à une situation de danger ou d'accident
- Être en mesure d'analyser une situation
- Être en mesure de se protéger soi, la victime et les autres
- Être capable d'effectuer les gestes appropriés et de surveiller l'état de la victime jusqu'à l'arrivée des secours



Organisation de la formation

- **2 jours (12 heures) dédiés au Français sur Objectifs Spécifiques (FOS)**
- **2 jours (12 heures) dédiés à la formation des gestes qui sauvent**
- Organisation par Go-on Formation, organisme de formation habilité par l'INRS
- Animation par des formatrices SST certifiées par l'INRS
- Lieu de formation en intra ou inter-entreprise



Méthode et outils pédagogiques

- Formation adaptée aux non francophones en travaillant le vocabulaire spécifique en amont de la formation des gestes qui sauvent
- Formation basée sur des études de cas, des démonstrations pratiques, des phases d'apprentissage, des cas concrets, des quiz interactifs....
- Matériel : lot de mannequins, divers matériels pour la réalisation des cas concrets, vidéoprojecteur, vidéo, supports papiers GO-ON formation
- Tout document ou outil proposé en formation est conçu selon le Référentiel National de Compétences « PSC1 »

Le certificat n'a pas de date de validité, mais il est conseillé de refaire la formation tous les 3 ans.

Première partie : Français sur Objectifs Spécifiques (12 heures)

- | | |
|--|--|
| <p>I. Le corps et son fonctionnement</p> <ol style="list-style-type: none">1) Le corps humain (parties du corps et organes)2) Les blessures, accidents et maladies <p>II. Les matériels</p> <ol style="list-style-type: none">1) Les EPI2) Le contenu d'une trousse à pharmacie3) Le matériel du « porter secours » : <i>garrot, défibrillateur, compresse...</i> | <p>III. Le vocabulaire du « porter secours »</p> <ol style="list-style-type: none">1) Le vocabulaire des différentes étapes (protéger, examiner, alerter et secourir) <p>IV. La transmission d'informations et la description de situations</p> <ol style="list-style-type: none">1) La construction d'une information claire et concise et les différents outils : <i>ITAMaMi, OTHU, QQQQCP...</i>2) La compréhension des consignes3) Simulations |
|--|--|

Deuxième partie : les gestes qui sauvent (12 heures)

- | | |
|---|--|
| <p>I. Protéger</p> <ol style="list-style-type: none">1) Appréhender les mécanismes de l'accident2) Connaître les principes de base de la prévention3) Reconnaître sans s'exposer, les dangers persistants éventuels4) Supprimer ou isoler le danger ou soustraire la victime au danger <p>II. Alerter</p> <ol style="list-style-type: none">1) Connaître l'alerte à la population et la conduite à tenir2) Les numéros d'urgence3) Les moyens d'appel et le message d'alerte <p>III. Examiner</p> <ol style="list-style-type: none">1) Examiner pour connaître les actions à effectuer par la suite | <p>IV. Secourir l'adulte, l'enfant et le nourrisson</p> <ol style="list-style-type: none">1) L'obstruction totale et partielle des voies aériennes2) La compression locale3) Le saignement par la bouche, le nez ou les autres orifices naturels4) La position latérale de sécurité5) La réanimation cardio-pulmonaire et l'utilisation du défibrillateur6) Le malaise7) La plaie grave et simple8) Les brûlures9) Le traumatisme du dos, du cou et de la tête10) Le traumatisme des membres |
|---|--|



L'évaluation de la formation est réalisée à travers différentes mises en situations pratiques permettant d'apprécier l'acquisition des différents gestes de secours et conduites à tenir. Sous réserve de réussite à ces différentes évaluations, seront délivrés à la fin de la formation : une attestation individuelle de formation, un diplôme PSC1 accordé par une association de sécurité civile partenaire et un livret mémo.