



GESTES QUI SAUVENT (GQS)

SE FORMER POUR MIEUX SE
PROTEGER



06 34 87 00 17



www.spartetacticalmedic.fr



contact.spartetacticalmedic@gmail.com

Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier une situation d'urgence vitale
- Se protéger et protéger les autres
- Donner une alerte efficace aux secours
- Réaliser les gestes essentiels de premiers secours
- Utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE)
- Adopter le bon comportement face à une victime inconsciente ou en arrêt cardiaque

Public concerné

- Tout public
- Salariés
- Agents territoriaux
- Associations
- Établissements recevant du public
- Aucun prérequis

Durée

- 2 heures
- 8 à 12 personnes

Lieu de formation

- En intra-entreprise
- En collectivité
- En salle de formation
- Sur site client

Encadrement

- Formation animée par un formateur habilité SST (INRS)

Contenu pédagogique

Module 1 – Protéger

- Analyse de la situation
- Suppression ou balisage du danger
- Protection personnelle et collective

Module 2 – Alerter

- Numéros d'urgence
- Transmission d'une alerte claire et efficace
- Organisation des secours

Module 3 – Agir

- Conduite à tenir face à une victime consciente
- Conduite à tenir face à une victime inconsciente
- Mise en Position Latérale de Sécurité (PLS)
- Arrêt d'une hémorragie externe
- Massage cardiaque
- Utilisation du DAE

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques courts
- Démonstrations pratiques
- Mises en situation
- Pédagogie active et participative

Moyens pédagogiques

- Mannequin adulte de secourisme
- Défibrillateur de formation
- Supports pédagogiques
- Vidéos et démonstrations

Validation

- Attestation de participation à la formation GQS

Modalités d'évaluation

- Évaluation formative tout au long de la formation
- Pas de certification
- Pas d'examen final

Cadre réglementaire

- Formation de sensibilisation
- Non certifiante
- Ne délivre pas de diplôme
- Ne se substitue pas à une formation SST ou PSC1



