



## GESTES DE PREMIER SECOURS (GPS)



**PUBLIC VISE :**  
Tous publics



**EFFECTIF :**  
1 à 10



**DUREE :**  
1 heure



**LIEU :**  
Présentiel



**DATES :**  
Entrées et sorties  
permanentes



**MATERIEL :**  
>> 1 support  
informatique + 1  
connexion internet



**TARIF :**  
Sur devis



**Contactez un**

**Conseiller Formation**

Tél. +33 (0) 4 28 29 72 31

contact@formationvr.fr

### OBJECTIFS :

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

- Adopter les bons réflexes et les gestes justes face à une situation dangereuse afin de sauver des vies
- Savoir comment sécuriser un lieu et examiner une victime
- Être capable de prévenir les structures publiques de secours
- Connaître les principaux gestes d'urgence : maîtriser les positions de sécurité (PLS) et les techniques professionnelles pour limiter la dégradation d'une situation, réaliser un massage cardiaque
- Prévenir les futurs accidents sur leur lieu de travail en respectant le protocole des premiers secours.

### MODALITES ET DELAIS D'ACCES :

- **Prérequis :** Aucun prérequis n'est nécessaire
- **Délais d'accès :** Les inscriptions sont à faire en ligne 14 jours avant la date de début de formation. Aucune inscription ne sera acceptée au-delà de ce délai.
- **Modalités d'évaluation :** Des contrôles seront effectués durant la formation.
- **Modalités de sanction :** Une attestation d'assiduité sera remise au stagiaire en fin de formation.
- **Accès aux personnes en situation de handicap :** Nous informons préalablement en cas de présence d'un handicap chez le stagiaire pour prendre les mesures nécessaires.
- **Référent H+ :** Nous contacter (contact@formationvr.fr)

### PEDAGOGIE :

- **Formation 100% en présentiel**
- **Plateforme E-learning disponible 7j/7, 24h/24**
- **Rythme : A votre convenance**
- **Combinaison de méthodes pédagogiques : méthode démonstrative, active, interrogative et affirmative**
- **Moyens pédagogiques : des études de cas, des mises en pratique ou en situation, des exercices sont proposés aux stagiaires, permettant ainsi de valider les acquis au cours de la formation**
- **Moyens d'accompagnement : 7 heures, du lundi au vendredi, de 9h à 17h \***

\* Horaires variables selon la disponibilité du formateur

## CONTENU DE LA FORMATION :

- **L'organisation des premiers secours en entreprise**
  - Accidents du travail (chiffres clés et définitions)
  - Situations dangereuses et accidents du travail
  - Les risques propres à l'entreprise
  - Les acteurs de la prévention (internes et externes à l'entreprise)
  - L'organisation du secourisme en entreprise (protocole, équipement et formation du personnel)
  - Focus sur le Sauveteur Secouriste du Travail
- **Protéger**
  - Les grands principes du secourisme PEAS (Protéger, Examiner, Alerter et Secourir)
  - Repérer les personnes exposées dans un accident du travail, éviter toute aggravation et sur-accident
  - Identifier, supprimer ou isoler les dangers, dans la limite de son champ de compétence et dans le respect des procédures fixées par l'entreprise
  - Baliser le lieu de l'accident et mettre la victime en sécurité
- **Examiner**
  - Examiner la/les victime(s) pour collecter un maximum d'informations, alerter correctement les services spécialisés et secourir de manière efficace
  - Mise en situation : Examiner une victime
- **Alerter**
  - Les numéros d'appel d'urgence : 112, 15, 18, 114
  - Structurer le message d'alerte : lieu précis, nom etc.
  - Mise en situation : Alerter
- **Secourir : obstruction des voies aériennes**
  - Arbre de décision global des premiers secours
  - Identifier une obstruction totale ou partielle des voies aériennes (étouffement)
  - Secourir en cas d'obstruction des voies aériennes (expulsion d'un corps étranger, claques dans le dos, compressions abdominales et thoraciques)
  - Démonstration des gestes sur mannequin : Désobstruction des voies aériennes

FormationVR une marque de This-Is-Us  
283 Rue de l'Étang 69760 Limonest  
Tél : 04 28 29 72 31 - [www.formationvr.fr](http://www.formationvr.fr)

SIRET 90345414800029 NDA : 84692143569 QUALIOP1 : FM 2217499



**Contactez un**

**Conseiller Formation**

**Tél. +33 (0) 4 28 29 72 31**

**[contact@formationvr.fr](mailto:contact@formationvr.fr)**

- **Secourir : hémorragies externes**
  - Identifier une hémorragie externe
  - Secourir en cas d'hémorragie externe (compression directe, pansement compressif, garrot)
  - Simulation sur mannequin : Réaliser une compression
  
- **Pertes de connaissance**
  - Identifier une perte de connaissance
  - Secourir en cas de perte de connaissance sans arrêt respiratoire (libérer les voies aériennes, mettre une victime en PLS)
  - Simulation sur mannequin : Libération des voies aériennes et mise en position latérale de sécurité
  
- **Arrêt cardiaque**
  - Identifier un arrêt cardiaque
  - Secourir en cas d'arrêt cardiaque (utilisation d'un défibrillateur, réanimation cardio-pulmonaire avec compressions thoraciques et bouche-à-bouche)
  - Simulation sur mannequin : Massage cardiaque, bouche-à-bouche et utilisation d'un défibrillateur
  
- **Malaises**
  - Identifier un malaise
  - Secourir en cas de malaises (mettre au repos)
  - Démonstration des gestes sur mannequin : Mise au repos
  
- **Atteintes de la peau et des muqueuses**
  - Identifier une atteinte de la peau et des muqueuses (plaies simples et graves, brûlures simples et graves)
  - Secourir en cas d'atteinte de la peau et des muqueuses (désinfecter une plaie, arroser une brûlure)
  - Démonstration des gestes sur mannequin : Désinfecter une plaie et Arroser une brûlure
  
- **Traumatismes**
  - Identifier un traumatisme
  - Secourir en cas de traumatismes (immobiliser une victime)
  - Démonstration des gestes sur mannequin : Immobiliser une victime en cas de traumatisme

**Des évaluations sont effectuées en amont, après chaque module et en fin de formation.**

FormationVR une marque de This-Is-Us  
 283 Rue de l'Étang 69760 Limonest  
 Tél : 04 28 29 72 31 - [www.formationvr.fr](http://www.formationvr.fr)

SIRET 90345414800029 NDA : 84692143569 QUALIOP1 : FM 2217499



**Contactez un**

**Conseiller Formation**

**Tél. +33 (0) 4 28 29 72 31**

**[contact@formationvr.fr](mailto:contact@formationvr.fr)**