



Gestes Qui Sauvent

V3 mis à jour mai 2026

Objectif :

Dans le cadre d'une sensibilisation de la population aux gestes de premiers secours, il est institué une sensibilisation aux « gestes qui sauvent » (GQS), pour permettre au plus grand nombre de citoyens de devenir le premier maillon de la chaîne des secours et ainsi de préserver l'intégrité physique d'une victime en attendant les secours organisés. Cette formation est régie par l'arrêté du 30 Juin 2017.

Programme de formation

- Assurer la sécurité de soi-même, de la victime ou de toute autre personne et transmettre au service de secours d'urgence les informations nécessaires à son intervention : protection / alerte ;
- Réagir face à une hémorragie externe et installer la victime dans une position d'attente adaptée : arrêt d'hémorragie / position d'attente / victime qui a perdu connaissance et respire ;
- Réagir face à une victime en arrêt cardiaque et utiliser un défibrillateur automatisé externe : victime qui a perdu connaissance et ne respire pas / compressions thoraciques avec utilisation du défibrillateur.

Méthodes pédagogiques :

- Affirmatives ;
- Interrogatives ;
- Actives.

Techniques Pédagogiques :

- Exposé ;
- Démonstration en miroir.

Outils pédagogiques :

Matériels pour compression manuelle, pansement compressif et garrot improvisé (1 pour 2 minimum) ;
1 coupe de tête articulée ou schémas équivalents ;
1 mannequin de réanimation cardio-pulmonaire adulte pour 2 participants + 1 pour le formateur ainsi que les consommables ;
1 maquette DAE et ses consommables pour 2 participants et 1 défibrillateur automatisé externe d'entraînement pour le formateur ;

- Produit d'entretien du matériel ;
- Tapis de sol.

Accessibilité Personne en Situation de Handicap :

Les participants qui présentent un handicap peuvent suivre cette sensibilisation et se voir attribuer l'attestation « Gestes qui sauvent ». Le formateur adaptera le nombre de participants dans son groupe et les exercices pratiques aux capacités du (des) participant(s).

Certification / Validation :

Le suivi des participants pendant cette sensibilisation est réalisé par le formateur. La présence et la participation active (réalisation de tous les gestes demandés) de chacun constituent les seuls critères de validation.

La participation à la sensibilisation aux gestes qui sauvent donne lieu à la délivrance d'une attestation, par le formateur conformément au modèle établi par le ministre chargé de la sécurité civile. Celle-ci est délivrée à l'issue de la sensibilisation par le formateur sous la responsabilité de l'organisme formateur.

Public : Tout citoyen de plus de 10 ans.

Pré requis : 10 ans minimum.

Durée : 2 heures.

Lieu : Formation Intra-Entreprise.

Délai d'accès : Un mois minimum entre la demande et le début de l'action de formation.

Effectif : 15 maximum.

Formateur :

Formateur SST à jour de formation continue.

Tarif : 200 euros TTC

Recyclage : Aucun.