



LENS GROUP
FORMATIONS

INITIATION AUX PREMIERS SECOURS (4 H)

Secourisme • Niveau AF

INTRA-ENTREPRISE

DURÉE	EFFECTIF	TARIF
0,5 jour / 4h	1 à 12 personnes	375,00 € HT / session

OBJECTIFS

À l'issue de la formation, le stagiaire est capable de :

- Assurer sa propre sécurité, celle de la victime et des témoins
- Alerter efficacement les services de secours
- Réagir face à une hémorragie externe
- Prendre en charge une victime inconsciente qui respire
- Réagir face à un arrêt cardiaque et utiliser un défibrillateur automatisé externe

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Séquence 1 — Protéger et alerter (45 min)

- Identifier les dangers, mettre en sécurité la victime, les témoins et soi-même
- Transmettre une alerte efficace aux services de secours

Séquence 2 — Hémorragies externes (45 min)

- Reconnaître une hémorragie, compression manuelle, pansement compressif
- Pose d'un garrot lorsque la compression ne suffit pas

Séquence 3 — Victime inconsciente qui respire (45 min)

- Vérifier la conscience et la respiration
- Position latérale de sécurité

Séquence 4 — Arrêt cardiaque (1 h 15)

- Reconnaître l'arrêt cardiaque
- Réanimation cardio-pulmonaire sur mannequin
- Utilisation du défibrillateur automatisé externe

Séquence 5 — Mises en situation et bilan (30 min)

- Cas concrets enchaînant les gestes appris
- Débriefing et bilan de la session

PUBLIC CIBLE

Tout public à partir de 10 ans : salariés, membres d'associations, collectivités, particuliers.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

MODALITÉS & ÉVALUATION

PÉDAGOGIE

- En présentiel
- Méthodes pédagogiques
- Alternance d'apports théoriques courts, de démonstrations et d'exercices pratiques (70 % de pratique)
- Mises en situation sur cas concrets d'accidents du travail
- Évaluation formative à chaque séquence
- Moyens
- Salle équipée, vidéoprojection, plan d'intervention et pictogrammes INRS
- Mannequins adulte, enfant et nourrisson, défibrillateur de formation (DAE), matériel de simulation de plaies et saignements
- Aide-mémoire INRS remis à chaque stagiaire
- Formateur
- Formateur SST certifié par l'INRS, à jour de son maintien et actualisation des compétences.

■ ÉVALUATION

- Évaluation formateur

■ INFORMATIONS PRATIQUES

- Évaluation pratique par le formateur
- Accès : Inter-entreprises : inscription jusqu'à 10 jours ouvrés avant le début de la session, sous réserve de places disponibles ; l'inscription est confirmée par la convention ou le devis signé. Intra-entreprise : date fixée avec vous, en général sous 2 à 6 semaines après validation du devis. Personnes en situation de handicap : contactez notre référent handicap pour étudier les adaptations possibles.

■ ACCESSIBILITÉ

Nous contacter pour les adaptations nécessaires.

TARIF

Intra-entreprise : **375,00 € HT / session**