



# FORMALIS

ENTREZ DANS UN MONDE DE FORMATIONS



## FORMATION « SECOURISME – LES GESTES QUI SAUVENT »

---

### Objectif pédagogique

- Acquérir et assimiler les connaissances indispensables en secourisme.

### Contenu & durée

- 10 modules
- Environ 80 heures
- 100% distanciel

## Niveau

- Tous niveaux
- Certification interne

## Pré-requis technique

- Ordinateur ou tablette fonctionnelle
  - Connexion internet
-

## PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Dans cette formation en ligne sur le secourisme vous apprendrez les gestes qui sauvent et les bons réflexes à adopter face à un accident en milieu professionnel ou privé.

En France, une victime d'accident de la vie courante sur cinq décède faute d'avoir eu des soins prodigués suffisamment tôt. Plus de 90 % des arrêts cardiaques sont mortels, alors que 70 % de ces accidents surviennent en présence d'un proche, d'un témoin ou d'un collègue qui ne sait pas quoi faire.

Grâce à cette formation, vous saurez soigner une plaie bénigne, mais vous apprendrez aussi comment faire face à une situation d'urgence vitale où chaque minute est comptée.

Vous appréhendez toutes les techniques pour :

- ▣ Faire un bilan de la situation et mettre la victime en position d'attente,
- ▣ Agir quand la victime est inconsciente notamment avec la mise en PLS,
- ▣ Faire face à un arrêt cardiaque avec les techniques de massage cardiaque idoines,
- ▣ Traiter les cas d'enfants ou d'adultes qui s'étouffent après avoir avalé un corps étranger,
- ▣ Arrêter ou ralentir les hémorragies,
- ▣ Faire face à tous les types de traumatisme, du membre brisé aux brûlures graves,
- ▣ Faire face aux malaises fréquents comme l'hypoglycémie chez les diabétiques ou encore détecter ces signes qui annoncent un AVC,
- ▣ Faire face aux piqûres et morsures, aux intoxications et aux risques d'affections liées à la chaleur et au froid.

Le plus de cette formation : nous illustrons les contenus pédagogiques de nombreuses explications et commentaires scientifiques. Nous expliquons par exemple les fonctions vitales, la composition et le rôle de la peau et des os, l'utilité de la boîte crânienne, la composition et l'importance de la colonne vertébrale entre autres.

Dans la rubrique « conseil santé », nous prodiguons des conseils pour faire face à des maux ou des maladies qui peuvent causer des désagréments préjudiciables à une vie normale en entreprise, même s'ils ne s'avèrent pas mortels.

Il sera notamment question du reflux gastro-œsophagien, des verrues, des hémorroïdes, des règles douloureuses, de la ménopause, du mal des transports et des rhumatismes.

Nous verrons comment prévenir ces maux et comment y faire face avec des remèdes allopathiques mais aussi naturels (aromathérapie, phytothérapie).

Cette formation suit une progression logique pour mieux assimiler tous les gestes d'urgence. Elle est enrichie d'illustrations claires, de vidéos qui détaillent les gestes qui sauvent et d'exercices pratiques.

Chaque module est agrémenté d'un test qui permet de vérifier la bonne assimilation des connaissances indispensables.

---

## PROGRAMME DE FORMATION

### **Module 1 : Se former aux gestes qui sauvent**

Nous débutons cette formation en découvrant le monde du secourisme qui ne cesse d'évoluer depuis la création du comité international de la Croix-Rouge au milieu du 19<sup>e</sup> siècle. Nous évoquons les différents acteurs du secourisme en France et les formations accessibles.

- ▣ Qu'est-ce que le secourisme ?
- ▣ État des lieux sur les formations de secourisme en France

### **Module 2 : Protéger et alerter**

Dans le module 2, nous nous intéressons au premier réflexe et devoir du secouriste : assurer sa protection et celle de la victime et des témoins. Une étape indispensable avant d'alerter les services d'urgence et de dispenser les premiers gestes de secours. La fin du module est consacrée aux trois fonctions vitales.

- ▣ La protection
- ▣ Alerter les services d'urgence
- ▣ Les fonctions vitales

### **Module 3 : Le bilan complémentaire et faire face à une victime inconsciente**

Le module 3 aborde la notion de bilan complémentaire qui permet de pratiquer les bons gestes d'urgence et de transmettre les bonnes informations aux services de secours. Nous apprenons les techniques pour mettre une victime en position d'attente en fonction de ses lésions.

- ▣ Le bilan complémentaire
- ▣ Surveillance de la victime
- ▣ Agir quand la victime a perdu connaissance

### **Module 4 : Le sauveteur face à un arrêt cardiaque**

L'arrêt cardiaque est abordé tout au long de ce module 4. Nous apprenons comment faire pour détecter un arrêt cardiaque puis comment pratiquer un massage cardiaque ou réanimer une victime avec différentes techniques. Il est aussi question de l'utilité du défibrillateur.

- ▣ L'arrêt cardiaque, causes et symptômes
- ▣ Pratiquer un massage cardiaque
- ▣ Le bouche-à-bouche
- ▣ La défibrillation
- ▣ Conseil santé : traiter le mal des transports

### **Module 5 : Obstructions des voies aériennes et protection du sauveteur en période de COVID-19**

Dans le module 5, on aborde la désobstruction des voies aériennes avec des gestes simples, mais efficaces comme la méthode de Heimlich. Nous évoquons aussi la crise d'asthme et la conduite à tenir en cas de risques infectieux et viral.

- ▣ Traiter une obstruction des voies aériennes par un corps étranger
- ▣ Faire face à une crise d'asthme
- ▣ Les précautions à prendre en cas de risque infectieux et viral
- ▣ Conseil santé : les reflux gastro-œsophagiens

### **Module 6 : Les hémorragies et les plaies**

Dans le module 6, nous apprenons comment traiter les différentes formes d'hémorragies qui peuvent menacer à court terme la vie d'une victime. Nous voyons aussi comment traiter toutes les formes de plaies.

- ▣ Traiter les hémorragies
- ▣ Les hémorragies extériorisées et internes
- ▣ Soigner les plaies superficielles et les plaies graves
- ▣ Conseil santé : les verrues

### **Module 7 : Les traumatismes : les membres, la colonne vertébrale, le crâne et le thorax**

Le module 7 est le premier module consacré aux traumatismes. Nous abordons les traumatismes des membres, de la colonne vertébrale, du crâne et du thorax.

- ▣ Le traumatisme
- ▣ Les traumatismes des membres

- ▣ Le traumatisme du dos et du cou, ou de la colonne vertébrale
- ▣ Le traumatisme crânien
- ▣ Le traumatisme du thorax
- ▣ Conseil santé : les hémorroïdes

### **Module 8 : Les traumatismes de l'abdomen et du bassin et les brûlures**

Le module 8 aborde les traumatismes de l'abdomen et du bassin. Les différents types de brûlures sont également passés en revues, un traumatisme qui touche des organes sensibles comme la peau ou les muqueuses.

- ▣ Les traumatismes de l'abdomen
- ▣ Le traumatisme du bassin
- ▣ Les brûlures
- ▣ Conseil santé : les rhumatismes

### **Module 9 : Les malaises**

Le module 9 est consacré aux malaises. Comment faire face aux principaux types de malaise, notamment les malaises chez les diabétiques, la crise convulsive généralisée ou encore la réaction allergique. Nous verrons comment reconnaître les signes de l'AVC et agir vite pour limiter les conséquences de cet accident souvent mortel.

- ▣ Le malaise
- ▣ Le malaise chez le diabétique
- ▣ Les convulsions ou la crise convulsive généralisée
- ▣ La réaction allergique
- ▣ L'accident vasculaire cérébral ou AVC
- ▣ Conseil santé : les règles douloureuses

### **Module 10 : Les accidents de l'été, les risques d'affections liés au chaud et au froid**

Les accidents de l'été sont le principal sujet abordé dans ce dernier module. On apprend comment faire face aux piqûres, morsures et aux intoxications. Nous abordons aussi la noyade et les affections liées à la chaleur ou au froid.

- ▣ Faire face aux piqûres et morsures

- ▣ Les intoxications
  - ▣ La noyade
  - ▣ Les risques d'affections liés la chaleur et au froid
  - ▣ Conseil santé :
    - La ménopause
    - La trousse de secours
-



## À propos de FORMALIS

Entreprise française solidaire, FORMALIS est l'organisme de formation de référence en e-learning pour toutes les personnes souhaitant développer leurs compétences dans les secteurs du bien-être, des métiers du web, marketing, immobilier, graphisme, design, écriture.

En nous choisissant comme organisme de formation, vous favorisez le développement de vos compétences et celles de vos collaborateurs tout en étant vous-même acteur responsable : pour chaque formation, une partie des frais d'inscription et des frais pédagogiques sont reversés à des programmes d'accès à l'éducation en France et dans le monde.

E-LEARNING FORMALIS, marque déposée d'ABELART PRODUCTIONS, est un organisme de formation conforme aux critères qualité des OPCO et certifié DATADOCK et QUALIOPi dans la catégorie : actions de formation.



Pour plus d'informations : <https://elearningformalis.fr>

Pour toute demande : [contact@elearningformalis.fr](mailto:contact@elearningformalis.fr) / 01 87 20 06 98