
Programme de Formation

Gestes qui sauvent (départ à la retraite)

Organisation

Durée : 2 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Toute personne souhaitant se sensibiliser aux gestes de premiers gestes de secours.



Objectifs pédagogiques

- Identifier une situation d'accident et assurer leur propre sécurité.
- Protéger efficacement une victime et les témoins.
- Alerter les secours de manière précise et efficace.
- Réagir face à une perte de connaissance.
- Pratiquer les gestes essentiels : PLS, massage cardiaque, défibrillateur, conduite à tenir en cas d'étouffement ou de saignement abondant.
- Adopter les bonnes pratiques dans des situations courantes du quotidien, particulièrement sensibles après la retraite (isolement, risques domestiques, chute...).



Description

Partie théorique

- La protection et la prévention : les spécificités « départ à la retraite » : risques domestiques, isolement, vigilance accrue.
- Repérer les situations dangereuses et supprimer le danger
- Protéger la victime exposée à un danger et sécurisation de la zone (gaz, chute, circulation, animaux)
- L'alerte et l'information : les moyens d'alerte, les numéros d'urgence, le message d'alerte,
- Secourir : la victime saigne abondamment, la victime a perdu connaissance mais elle respire.

Partie pratique

- Arrêt cardiaque : prise en charge de la victime adulte et réalisation des gestes associés,
- Hémorragies externes : réaliser les gestes de secours pour arrêter ou limiter la perte de sang de la victime,
- La perte de connaissance,
- Libération des voies aériennes et Position Latérale de Sécurité.



Prérequis

Aucun pré-requis.





Modalités pédagogiques

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Mise en situation des participants, exposés interactifs, démonstrations par le formateur, études de cas, mises en situation, ...



Moyens et supports pédagogiques

- Powerpoint
- Mannequin de simulation
- Brochure digitale



Modalités d'évaluation et de suivi

- Validation par des ateliers de mise en pratique
- Quizz



Informations sur l'accessibilité

Conditions de réalisation matérielle de la formation :

- Rappel aux stagiaires d'apporter leurs propres affaires : matériels (stylo, bloc note etc.)
- Une salle de formation dotée de tables, de chaises en nombre suffisant avec idéalement la possibilité de disposer également d'un espace permettant les mises en pratique
- Un moyen de diffusion du contenu (vidéoprojecteur avec écran ou mur blanc, ou télévision avec câble de branchement)
- Un paperboard avec des feutres de couleurs
- Un téléphone, tablette ou ordinateur par stagiaire pour faciliter l'accès à l'espace connecté personnel

Conditions de réalisation matérielle en cas de déploiement à distance :

- Un endroit pour s'isoler et pouvoir s'immerger dans la formation
- Matériel informatique en bon état de fonctionnement (micro, camera, pc, tablette)

L'assistance technique et pédagogique est accessible à l'adresse : formation@kerea.eu

**Modalités techniques et environnement****Conditions de réalisation matérielle de la formation :**

- Rappel aux stagiaires d'apporter leurs propres affaires : matériels (stylo, bloc note etc.)
- Une salle de formation dotée de tables, de chaises en nombre suffisant avec idéalement la possibilité de disposer également d'un espace permettant les mises en pratique
- Un moyen de diffusion du contenu (vidéoprojecteur avec écran ou mur blanc, ou télévision avec câble de branchement)
- Un paperboard avec des feutres de couleurs
- Un téléphone, tablette ou ordinateur par stagiaire pour faciliter l'accès à l'espace connecté personnel

Conditions de réalisation matérielle en cas de déploiement à distance :

- Un endroit pour s'isoler et pouvoir s'immerger dans la formation
- Matériel informatique en bon état de fonctionnement (micro, camera, pc, tablette)

L'assistance technique et pédagogique est accessible à l'adresse : formation@kerea.eu