

O.F. n° : **93830464183**  
Agréé Carsat



# Organisme

## Audit - Conseil - Formation

...  
Secourisme (SST, PSC1)  
Incendie / Evacuation  
Habilitation Electrique  
...



Version 2021.01

---

**Le geste qui sauve**, organisme fondé en 2012, agréé **CARSAT**, certifié **Qualiopi**, **Veriselect** et référencé **DATADOCK**, s'appuie sur des **formateurs de formateurs**, de **25 ans d'expérience** dans le domaine de l'audit, du conseil, de la formation, et de la création de stages personnalisés.

De plus afin d'optimiser la qualité de ces interventions, **Le geste qui sauve s'appuie** sur :

- Directeurs d'Entreprises, Directeurs de Ressources Humaines pour la partie « conseil en gestion de personnel »,
- Médecins, Médecins Psychologue du Travail pour la partie « physiologie et psychologie »
- Sapeurs-Pompiers, Responsables de sécurité pour la partie « sécurité et prévention »

A l'écoute de ces partenaires, **Le geste qui sauve** vous propose des formations dépendant de l'INRS (Institut National de Recherches et de Sécurité) et du Ministère de l'Intérieur, et s'engage à **s'adapter**, à **personnaliser** des actions de formations dont vous avez **besoin** afin que votre **entreprise**, par l'intermédiaire de vos salariés, **progresses** et se **développe** dans le paysage économique.

**Le geste qui sauve** s'engage dans une démarche de **qualité**, de **fidélité**, et de **confiance** envers ses différents **partenaires**.

De cette démarche, il en résulte pour l'année précédente, pour plus de 1200 stagiaires représentant près de 150 formations :





- 100 % de réussite lors de nos formations
- 99 % de satisfaction des stagiaires relatif à la qualité des formations
- 100 % de satisfaction de la part des partenaires relatifs au déroulement des formations
- 

**Le geste qui sauve, s'occupe pour vous de la gestion et le suivi des formations concernant la sécurité de votre entreprise.**


---

# Sommaire

## Domaine professionnel

	<b><u>Secourisme</u></b>	
	<i>Sauveteur Secouriste du Travail (formation initiale).....</i>	<i>I.1</i>
	<i>Sauveteur Secouriste du Travail (M. A. C.).....</i>	<i>I.2</i>
	<i>Utilisation d'un défibrillateur .....</i>	<i>I.3</i>
 	<b><u>Incendie/ Evacuation</u></b>	
	<i>Manipulation d'extincteur.....</i>	<i>II.1</i>
	<i>Equipier de première intervention (ESI).....</i>	<i>II.2</i>
	<i>Equipier de seconde intervention (EPI).....</i>	<i>II.3</i>
	<i>Module évacuation .....</i>	<i>II.4</i>
	<i>Exercices évacuation .....</i>	<i>II.5</i>
	<b><u>Habilitation électrique</u></b>	
	<i>Habilitation électrique pour personnel non électricien... ..</i>	<i>III.1</i>
	<i>Habilitation électrique pour personnel électricien.....</i>	<i>III.2</i>
	<b><u>Divers</u></b>	
	<i>Document unique d'évaluation des risques professionnels</i>	<i>IV.1</i>
	<i>Gestes et Posture.....</i>	<i>IV.2</i>

## Domaine tous public

	<i>Accidents Domestiques.....</i>	<i>V.1</i>
	<i>Prévention et Secours Civique de Niveau 1 (PSC1).....</i>	<i>V.2</i>
	<i>Appeler, Masser, Défibriller (A.M.D.).....</i>	<i>V.3</i>
	<i>Initiation aux premiers secours.....</i>	<i>V.4</i>
	<i>Premiers Secours à l'Enfant.....</i>	<i>V.5</i>



# Sauveteur Secouriste du Travail

## (Formation Initiale)

Art. R. 4224-16 du Code du Travail

« ... en l'absence d'infirmiers, ou lorsque leur nombre ne permet pas d'assurer une présence permanente, l'employeur prend, après avis du médecin du travail, les mesures nécessaires pour assurer les premiers secours aux accidentés et aux malades ...

Ces mesures qui sont prises en liaison avec les services de secours ... sont adaptées à la nature des risques »

**Objectifs** : Acquérir les savoirs et les comportements nécessaires pour prévenir une situation de danger, protéger et porter secours dans le cadre de son activité professionnelle.

**Public concerné** : Tous salariés d'entreprise.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer mais ne peuvent pas être validées

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Inter ou Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise ou voir calendrier formation sur site Internet

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : de 4 à 10 maximum.

**Durée** : 14 heures

**Formalisation de la formation** : A l'issue d'une évaluation, un Certificat de Sauveteur Secouriste du Travail sera délivré au candidat qui a participé à l'ensemble de la formation et fait l'objet d'une évaluation favorable.

**Validité de la formation** : Un recyclage est obligatoire tous les 24 mois pour conserver la qualification SST.

**Le programme de formation** :

<b>Thème 1</b> : Le rôle du SST	<b>Thème 5</b> : Examiner
<b>Thème 2</b> : Le cadre juridique du SST	<b>Thème 6</b> : Faire alerter ou alerter
<b>Thème 3</b> : La protection	<b>Thème 7</b> : Informer
<b>Thème 4</b> : Action de protection et prévention	<b>Thème 8</b> : Secourir

**Validation de modules** : Les stagiaires n'ayant pas fini l'intégralité de la validation de ces blocs de compétences, peuvent revenir sur une session ultérieure en accord avec les responsables de l'organisme de formation et de leur structure.

**Allègement de formation** : Les stagiaires bénéficiant du PSC1 de moins de 3 ans (ou d'une formation continue PSC1 de moins de 3 ans) peuvent suivre une formation allégée.

**Évaluation** à partir d'accidents du travail simulés permettant de repérer les écarts par rapport au comportement attendu du SST.

**Modalité d'évaluation** : Les critères d'évaluation utilisés pour cette validation sont ceux définis par l'INRS, dans le référentiel de formation des sauveteurs secouristes du travail. Ils sont transcrits dans un document national nommé « **Fiche individuelle de suivi et d'évaluation du SST** » et utilisés lors de chaque formation.

Dans le cas où le candidat ne peut mettre en œuvre, pour des raisons d'aptitudes physiques, l'ensemble des compétences attendues de la part d'un SST, il se verra délivrer une attestation de suivi de la formation.

**Modalité Pédagogique** : Diaporama, travail en sous-groupe, démonstration, Mise en situation professionnelle.



# Sauveteur Secouriste du Travail

## (Maintien et Actualisation des Compétences)

**Objectif:** Maintenir les compétences du SST, définies dans le référentiel de formation, à un niveau au moins équivalent voir supérieur à celui de sa formation initiale.

A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours destinés à :

- En présence d'une situation dangereuse de travail, faire remonter l'information.
- Protéger la victime et les témoins lors d'un accident du travail.
- Alerter les secours d'urgence adaptés.
- Empêcher l'aggravation de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours spécialisés.

**Public concerné:** tous les salariés des entreprises publiques ou privées, les membres des CHSCT. Le Sauveteur Secouriste du Travail doit être recyclé dans les 24 mois qui suivent sa formation initiale. Les recyclages suivants se font tous les 24 mois (le millésime du timbre de recyclage sert de référence).

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap :** Les personnes en situation d'handicap peuvent participer mais ne peuvent pas être validées.

**Pré-requis:** être détenteur du certificat SST à jour

**Lieu :** Inter ou Intra entreprise

**Date :** A définir avec l'entreprise ou voir calendrier formation sur site Internet

**Modalité de la formation :** Présentiel

**Nombre de participants:** de 4 à 10 personnes.

**Durée:** 7 heures de face à face pédagogique obligatoires.

### **Formalisation de la formation :**

A l'issue d'une évaluation, un Certificat de Sauveteur Secouriste du Travail sera délivré au candidat qui a participé à l'ensemble de la formation et fait l'objet d'une évaluation favorable.

**Validité de la formation :** Tous les 24 mois

### **Programme de la formation :**

<b>Thème 1 :</b> Le rôle du SST	<b>Thème 5 :</b> Examiner
<b>Thème 2 :</b> Le cadre juridique du SST	<b>Thème 6 :</b> Faire alerter ou alerter
<b>Thème 3 :</b> La protection	<b>Thème 7 :</b> Informer
<b>Thème 4 :</b> Action de protection et prévention	<b>Thème 8 :</b> Secourir

**Validation de modules** Le stagiaire devra suivre l'intégralité de la formation prévue.

**Évaluation** à partir d'accidents du travail simulés permettant de repérer les écarts par rapport au comportement attendu du SST.

En cas de non-validation, le SST perd la certification SST à la date de fin de validité de sa carte SST

**Modalité d'évaluation :** évaluation continue tout au long de la formation et délivrance d'un timbre de recyclage SST.

**Modalité Pédagogique :** Diaporama, travail en sous-groupe, démonstration, Mise en situation professionnelle.

**Cadre législatif :** Le Maintien et Actualisation des Compétences rentre dans le cadre de la formation professionnelle et dans le droit individuel à la formation (DIF).



# Utilisation d'un défibrillateur

Décret du 4 mai 2007

« Les défibrillateurs automatisés externes sont utilisables par les personnes qui ne sont pas des professionnels de santé ou du secours... »

**Objectif général** : A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours destinés à :

- Appeler rapidement les services d'urgence
- Effectuer un Massage cardiaque efficace
- Réaliser une Défibrillation précoce

**Public concerné** : Tout employé dont l'entreprise possède un défibrillateur.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer au stage et être validées.

**Pré-requis**: Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de participants** : 10 participants maximum

**Durée** : 1h 30min à 2h

**Formalisation de la formation** :

La formation « Utilisation d'un Défibrillateur » ne débouche pas sur un diplôme mais donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation**

Les séances d'entraînement pratique doivent avoir lieu au moins tous les ans

**Programme de la formation** :

- Reconnaître les signes d'un arrêt cardiaque
- Passer une alerte aux services d'urgence
- Effectuer un Massage cardiaque efficace
- Pose correcte d'un DAE ou DSA
- Réaliser une Défibrillation précoce

**Modalité d'évaluation** : Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité Pédagogique** : Diaporama, démonstration, Pratique.



# Manipulation d'extincteurs

Art. R. 232-12-17 du code du travail :

« Les chefs d'établissement doivent prendre les mesures nécessaires pour que tout commencement d'incendie puisse être rapidement et efficacement combattu dans l'intérêt du sauvetage du personnel... »

APSAD R6\* :

« Il est souhaitable que l'ensemble du personnel soit formé par roulement au maniement des moyens de secours, ... »

\* APSAD : Assemblée Plénière des Sociétés d'Assurances Dommages

**Objectifs** : Application des consignes de sécurité :

- Transmettre l'alarme
- Utiliser les extincteurs situés à proximité sur une éclosion de feu
- Mettre en sécurité son poste de travail
- Evacuer au signal sonore

**Public concerné** : Tout le personnel ayant l'occasion inopinée d'utiliser un extincteur (APSAD R6)

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : 10 maximum

**Durée** : 2 à 4 heures

**Formalisation de la formation** : La formation à l'utilisation des extincteurs ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation** : La fréquence des recyclages est de 3 ans (recyclage par 1/3) (APSAD R6)

**Le programme de formation** :

<u>Théorie</u>	<u>Pratique</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les dangers de l'incendie</li> <li>- L'application des consignes de sécurité</li> <li>- L'alarme</li> <li>- Les moyens d'extinction disponibles</li> <li>- Les modalités d'évacuation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manipulation d'extincteurs sur feux sécurisés au gaz.</li> </ul>

**Module d'évaluation** : Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité Pédagogique** :

Théorie : Diaporama

Pratique : Utilisation d'un générateur de flammes à gaz en utilisant des extincteurs à eau - additif et CO2.





# Equipier de Première Intervention

## - EPI -



APSAD\* – R6

« 10% de l'effectif / secteur de façon à pouvoir réunir deux EPI en moins d'une minute dans un secteur.  
Dans le domaine EPI, il est recommandé de former le maximum de membre du personnel »

\* APSAD : Assemblée Plénière des Sociétés d'Assurances Dommages

**Objectifs :** Application de consignes spéciales :

- Analyser la situation
- Eteindre un incendie en croissance, statique ou en écoulement, avec des extincteurs portatifs ou mobiles, des RIA, en étant efficace sur la ou les classe(s) de feu concernée(s)
- Appliquer plusieurs étapes d'intervention : reconnaissance, alerte, mise en sécurité, protection incendie, accueil, guidage des secours extérieurs et mise à disposition.
- Se coordonner avec d'autres équipiers.

**Public concerné :** Personnel et opérateur ayant une responsabilité dans la mise en œuvre des moyens de première intervention. Encadrement et membres du CHSC.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap :** Les personnes en situation d'handicap peuvent participer mais ne peuvent pas être validées.

**Pré requis :** Aucun

**Lieu :** Intra entreprise

**Date :** A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation :** Présentiel

**Nombre de stagiaires :** 10 maximum

**Durée :** 4 heures à 1 journée

**Formalisation de la formation :** La formation d'EPI ne délivre pas de diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation :** Les séances d'entraînement pratique doivent avoir lieu au moins tous les ans.  
(APSAD R6)

**Le programme de formation :**

<u>Théorique</u>	<u>Pratique</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Les phénomènes d'incendie</li><li>- Les modes de propagation</li><li>- Le risque incendie et les éléments fondamentaux de prévention</li><li>- L'organisation de la première intervention</li><li>- L'adéquation des agents extincteurs avec les classes de feu</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La localisation et le fonctionnement des extincteurs portatifs et mobiles et des RIA</li><li>- Mise en situation sur feux réels statiques et dynamiques associant différentes classes de feu et une coordination d'équipe pour la mise en œuvre des extincteurs et des RIA.</li></ul>

**Modalité d'évaluation :** Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité pédagogique :** Programme assuré par des personnes qualifiés (ex : pompier)

La partie pratique se fait au contact d'un générateur de flammes à gaz en utilisant des extincteurs à eau - additif, CO2 et robinets d'incendie armés.





# Equipier de Seconde Intervention

## - ESI -

### *APSAD R6*

« Les ESI sont choisis en tenant compte de la nature des risques, des séquences de travail et de la configuration des locaux.

L'effectif de base est de 3 hommes par séquence de travail afin de pouvoir mettre en œuvre les moyens de secours minimum prévus.

Pour l'extinction d'un incendie développé en volume semi-clos à l'aide d'une lance à débit variable nécessite que les équipiers soient sous protection respiratoire. L'effectif de base est de 5 hommes par séquence de travail afin de pouvoir mettre en œuvre les moyens de secours minimum prévus.

Cet effectif doit être doublé si le délai d'intervention des secours extérieurs est supérieur à 10 min. »

**Objectifs** : Appliquer des consignes spéciales

- Analyser la situation
- Porter son équipement de protection individuelle (le cas échéant) et respecter les règles de sécurité
- Se coordonner avec d'autres équipiers
- Appliquer plusieurs étapes d'intervention : reconnaissance, alerte, mise en sécurité, protection incendie, accueil, guidage et mise à disposition des secours extérieurs.
- Eteindre un incendie en croissance statique ou en écoulement, avec des extincteurs portatifs, ou mobiles, des RIA ou en étant efficace sur la ou les classe(s) de feu concernant l'incendie
- Limiter la propagation de l'incendie ou l'éteindre avec des RIA ou des lances

Et pour les ESI qui interviennent avec protection respiratoire

- Faire une reconnaissance ou un sauvetage d'une victime en étant sous protection respiratoire.

**Public concerné** : Personnel et opérateur ayant une responsabilité dans la mise en œuvre des moyens d'extinction.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer mais ne peuvent pas être validées.

**Pré Requis** : Aucun.

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : 10 maximum

**Durée** : de 3 heures à 21 heures (suivant le matériel présent dans l'entreprise)

**Formalisation de la formation** :

La formation d'ESI ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation**

Les séances d'entraînement pratique doivent avoir lieu au moins tous les 6 mois.

La fréquence des recyclages doivent avoir lieu annuellement. (APSAD R6)

---

**Le programme de formation :**

<u>Théorique</u>	<u>Pratique</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>- L'appréhension du phénomène d'incendie</li><li>- Les modes de propagation</li><li>- Le risque incendie et les éléments fondamentaux de prévention</li><li>- L'organisation de la seconde intervention : les consignes</li><li>- L'adéquation des agents extincteurs avec les classes de feu</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La localisation et le fonctionnement des extincteurs portatifs et mobiles et des RIA</li></ul>
Pour les ESI qui interviennent sans protection respiratoire :	
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mise en situation sur feux réels statiques et dynamiques associant différentes classes de feu et une coordination d'équipe pour la mise en œuvre des extincteurs des RIA et des lances.</li></ul>
Pour les ESI qui interviennent avec protection respiratoire :	
<ul style="list-style-type: none"><li>- Présentation de l'Appareil Respiratoire Isolant (ARI)</li><li>- Les contraintes du port de l'ARI</li><li>- Les techniques de reconnaissance sous ARI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aptitude au port de l'ARI</li><li>- Technique de progression sous ARI</li><li>- Pratique sur feux réels statiques dynamiques sous forme de scénarios en volume clos associant différentes classes de feu, la reproduction du comportement des fumées chaudes, et une coordination d'équipe</li><li>- Le cas échéant, exercice de mise en œuvre des moyens de détection et des moyens de secours supplémentaires à dispositions des ESI</li></ul>

**Modalité d'évaluation**

Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité pédagogique :**

Programme assuré par des personnes qualifiées (ex : pompier)

La partie pratique se fait au contact d'un générateur de flammes à gaz en utilisant des extincteurs à eau - additif, CO2, robinets d'incendie armés, matériel d'extinction spécifique à l'entreprise (LDV 500, LDV 1000, lance à mousse, colonne sèche, ...), et appareil respiratoire isolant.



# Equipier d'évacuation

*Art. R. 232-12-21 du code du travail*

« La consigne doit prévoir des essais et visites périodiques du matériel et des exercices au cours desquels le personnel apprend à reconnaître les caractéristiques du signal sonore d'alarme générale, à se servir des moyens de premier secours et à exécuter les diverses manœuvres nécessaires... »

**Objectifs** : D'obtenir un comportement efficace et salubre lors de l'évacuation des locaux en cas d'incendie, de façon à assurer leur propre sauvegarde et à faciliter l'intervention des secours.

**Public concerné** : Ensemble du personnel de l'entreprise.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent être validées à la condition que cette dernière puisse évacuer.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : 10 maximum

**Durée** : 3 à 4 heures.

**Formalisation de la formation** :

La formation au module d'évacuation ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation** :

Les séances d'entraînement pratique, validant les procédures, doivent avoir lieu tous les 6 mois

**Le programme de formation** :

Théorique :

La prévention

- Les fumées et le désenfumage

- Le Système de Sécurité Incendie

- L'évacuation, le comportement humain

- L'organisation d'une intervention (les guides-file et serres-files), les procédures d'évacuations prévues par l'entreprise

- L'éclairage et les dégagements

- La prise en compte des secours extérieurs

Pratique :

- Reconnaissance des différents cheminements, (zone de production, surface de vente, administratif, réserves...) et du point de rassemblement

**Modalité d'évaluation**

Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité pédagogique**

Programme assuré par des personnes qualifiées (ex : pompier)



## Exercice évacuation

*Art. R. 232-12-21 du code du travail*

« La consigne doit prévoir des essais et visites périodiques du matériel et des exercices au cours desquels le personnel apprend à reconnaître les caractéristiques du signal sonore d'alarme générale, à se servir des moyens de premier secours et à exécuter les diverses manœuvres nécessaires... »

**Objectifs** : Observer et analyser l'évacuation des personnes valides et des personnes à mobilité réduite (fauteuil roulant) en mettant l'accent sur des aspects de comportement humain ;

Montrer les possibilités de la simulation du mouvement des personnes et du comportement humain pour comprendre l'évacuation et montrer son apport dans la réflexion et l'élaboration de stratégies d'évacuation du public ;

Permettre à l'exploitant du site d'analyser les procédures d'évacuation qu'il a mises en place en cas d'incendie.

**Public concerné** : Ensemble du personnel de l'entreprise.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : Ensemble du personnel

**Durée** : 1 à 2 heures.

**Ces exercices sont-ils obligatoires ?**

Oui. En vertu de l'article R 232-12-21 du code du travail, ces exercices sont obligatoires afin que le personnel maîtrise la procédure d'évacuation.

**Validité de la formation**

Les séances d'entraînements pratiques, validant les procédures, doivent avoir lieu tous les 6 mois

**Le programme de l'exercice** :

L'exercice peut être programmé ou inopiné.

L'exercice débute par une simulation d'incendie dans un local (à l'aide d'une machine à fumée).

L'évaluateur, aidée d'une grille d'évaluation, observe et analyse le déroulement de l'évacuation jusqu'à la prise en compte des moyens secours.

Possibilité d'adapter l'exercice (présence de victimes, de personnes à mobilité réduite ...)

A l'issue, un débriefing est assuré par le formateur avec l'ensemble du personnel et si nécessaire avec la hiérarchie.

**Modalité pédagogique**

Exercice assuré par des personnes qualifiées (ex : pompier).

Incendie simulé par une machine à fumée.

Une grille d'évaluation est donnée à l'issue.



# Habilitation électrique Personnel non électricien

*Décret n° 88-1056 du 14/11/1988 - Art. 48 1*

« L'employeur ne peut confier les travaux ou opérations sur des installations électriques ou à proximité de conducteurs nus ou sous tension, qu'à des personnes qualifiées pour les effectuer et possédant une connaissance des règles de sécurité en matière électrique adaptée aux travaux ou opérations à effectuer... »

**Objectifs** : Sensibiliser les participants aux dangers du courant électrique ; connaître les dangers de l'électricité et être capable de mettre en œuvre les méthodes et procédures permettant d'effectuer des opérations d'ordre non électrique à proximité d'installations électriques dans les meilleures conditions de sécurité.

**Les différents types d'habilitation électrique – Personnel non électricien :**

- HO-HOV-BO Chargé de chantier
- HO-HOV-BO
- BE Manœuvre
- BS
- HE Manœuvre en HTA

**Public concerné** : Personnel non électricien travaillant dans un environnement des risques électriques et/ou réalisant exclusivement des travaux d'ordre non électrique.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Inter ou Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise ou calendrier de stage

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : 10 maximum

**Durée** : Spécifique à l'habilitation suivant les recommandations UTC 18-510

**Formalisation de la formation** :

La formation ne débouche pas sur un diplôme mais elle donne droit à un avis d'habilitation de la formation permettant à l'employeur de délivrer le titre d'habilitation correspondant.

**Validité de la formation** :

Un maintien et actualisation des acquis doivent avoir lieu au moins tous les trois ans

# Habilitation électrique

## III.2

---

### **Le programme de formation :**

#### Module Tronc commun N°1

- Les grandeurs électriques
- Les effets du courant électrique sur le corps humain
- Les différents DOMAINES DE TENSION.
- Reconnaître l'appartenance des matériels à leur DOMAINE DE TENSION.
- Identifier les limites et les ZONES D'ENVIRONNEMENT.
- Le principe d'une HABILITATION.
- Définition des symboles d'HABILITATION.
- Les prescriptions associées aux ZONES DE TRAVAIL.
- Les équipements de protection collective et leur fonction
- La ZONE DE TRAVAIL
- Les risques liés à l'utilisation et à la manipulation des matériels et outillages utilisés dans l'ENVIRONNEMENT.
- La conduite à tenir en cas d'accident corporel conformément à l'Article 13.
- La conduite à tenir en cas d'incendie dans un ENVIRONNEMENT électrique conformément à l'Article 13.
- Les procédures et consignes en cas d'accident corporel ou d'incendie dans un ENVIRONNEMENT électrique

#### Module Exécutants de travaux d'ordre non électrique

Spécifique à l'habilitation

#### **Module d'évaluation :**

Evaluation et contrôle des connaissances écrits (note minimale 12/20), Test pratique

#### **Module Pédagogique :**

Programme assuré par des personnes qualifiées (ex : électriciens)

La partie pratique se fait au contact d'une valise pédagogique permettant des mises en situations.

La partie théorique se fait par diaporama et travail en sous groupe



# Habilitation électrique

## Personnel électricien

**Objectifs :** Sensibiliser les participants aux dangers du courant électrique ; connaître les dangers de l'électricité et être capable de mettre en œuvre les méthodes et procédures permettant d'effectuer des opérations d'ordre électrique à proximité d'installations électriques sous tension dans les meilleures conditions de sécurité

**Les différents types d'habilitation électrique – Personnel électricien :**

- B1-B1V-B2-B2V-B2V Essai
- BC
- BC-B1-B1V-B2-B2V
- BE Essai
- BE Mesurage – BE Vérification
- BR
- H1-H1V-H2-H2V-H2V Essai en HTA
- H1-H1V-H2-H2V-H2V Essai en HTB
- HC en HTA
- HC en HTB
- HE Essai en HTA
- HE Manœuvre en HTB
- HE Mesurage – HE Vérification en HTA

**Public concerné :** Personnel électricien travaillant dans un environnement des risques électriques et/ou réalisant exclusivement des travaux d'ordre électrique et/ou des manœuvres permises.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap :** Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées..

**Pré-requis:** connaissance en électricité.

**Lieu :** Inter ou Intra entreprise

**Date :** A définir avec l'entreprise ou calendrier de stage

**Modalité de la formation :** Présentiel

**Nombre de stagiaires :** 10 maximum

**Durée :** Spécifique à l'habilitation suivant les recommandations UTC 18-510

**Formalisation de la formation :**

La formation ne débouche pas sur un diplôme mais elle donne droit à un avis d'habilitation de la formation permettant à l'employeur de délivrer le titre d'habilitation correspondant.



# Habilitation électrique

## III.4

---

### **Validité de la formation :**

Un maintien et actualisation des acquis doivent avoir lieu au moins tous les trois ans

### **Le programme de formation :**

Test de connaissance en électricité : (attention si le niveau n'est pas suffisant la personne ne pourra suivre la formation)

### **Module Tronc commun N°2**

- Les effets du courant électrique sur le corps humain (mécanismes d'électrisation, d'électrocution et de brûlures, etc.).
- Les noms et les limites des différents DOMAINES DE TENSION.
- Les ZONES D'ENVIRONNEMENT et donner leurs limites.
- Le principe d'une HABILITATION.
- La définition des symboles d'HABILITATION.
- Les rôles de chacun.
- Les principes généraux de prévention à appliquer au cours d'une OPERATION électrique.
- Les séquences de la mise en sécurité d'un circuit (CONSIGNATION, MISE HORS TENSION, MISE HORS DE PORTEE) et préciser le déroulement des OPERATIONS de VERIFICATION D'ABSENCE DE TENSION (VAT).
- Les équipements de protection collective et leur fonction (barrière, écran, banderole, etc.).
- Les moyens de protection individuelle et leurs limites d'utilisation.
- Les risques liés à l'utilisation et à la manipulation des matériels et outillages utilisés dans l'ENVIRONNEMENT.
- La conduite à tenir en cas d'accident corporel conformément à l'Article 13.
- La conduite à tenir en cas d'incendie dans un ENVIRONNEMENT électrique conformément à l'Article 13.

### **Module Interventions**

Spécifique à chaque habilitation

### **Module d'évaluation :**

Evaluation et contrôle des connaissances écrits (note minimale 12/20), Test pratique

### **Module Pédagogique :**

Programme assuré par des personnes qualifiés (ex : électriciens)

La partie pratique se fait au contact d'une valise pédagogique permettant des mises en situations.

La partie théorique se fait par diaporama et travail en sous groupe



# DOCUMENT UNIQUE

## D'ÉVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS

*Le décret n°2001-1016 du 5 novembre 2001 :*

« Il rend obligatoire pour toute entreprise, de transcrire dans le Document Unique les résultats de l'évaluation des risques. Le Document Unique est un inventaire des risques dans chaque unité de travail. Il doit être mis à jour au moins une fois par an mais aussi ... »

**Objectifs** : Evaluer les risques professionnels, s'inscrire dans une démarche de progrès qui permet, à tout moment, de repérer les risques importants dans l'entreprise et d'élaborer des plans d'actions.

**Entreprise concernée** : Toutes les entreprises ayant au moins un salarié.

### **Que représente le document unique ?**

Ensemble de documents élaborés par le chef d'établissement permettant de :

- Recenser les dangers potentiels.
- Evaluer les risques encourus par chacun.
- Planifier les mesures préventives.
- en vue de réduire les risques professionnels

### **Quelle est la validité de ce document ?**

Elle doit être faite au minimum 1 fois par an.

Cependant, elle est systématique :

- S'il y a une modification d'une unité de travail.
- De nouveaux éléments modifiant l'évaluation des risques.

### **Quelles personnes pourront consulter le document unique**

Le Document Unique doit être tenu à la disposition :

- Des représentants du personnel
- Du Médecin du Travail
- Des agents de l'Inspection du Travail
- Des agents de contrôle de la Sécurité Sociale
- Du Médecin Inspecteur du Travail
- Des salariés



# Gestes et Posture

*Art R.4541-8 du Code du Travail*

« L'employeur doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. »

**Objectifs** : A l'issue de la formation, le participant doit être capable de repérer les mouvements susceptibles d'être à l'origine de douleurs dorsales, d'effectuer un mouvement en respectant son dos.

**Public concerné** : Toutes personnes exerçant une activité physique au sein de l'entreprise.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Nous consulter.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Nombre de stagiaires** : 12 stagiaires maximum

**Durée** : 4 heures.

## **Formalisation de la formation**

La formation au geste et posture ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

## **Validité de la formation**

Un maintien et actualisation des acquis doivent avoir lieu au moins tous les deux ans

## **Le programme de formation** :

Théorique

- La prise en charge d'un accident du travail
- Anatomie
- Les différentes pathologies du dos

Pratique

- Exercice en accord avec l'activité des salariés.

## **Modalité de l'évaluation** :

Evaluation continue tout au long de la formation.

## **Modalité pédagogique** :

Diaporama, exercices pratiques



# Accidents Domestiques

**Objectif général** : A l'issue de la formation, le stagiaire doit être capable de repérer une source d'accidents domestiques, supprimer la cause et avoir une attitude adaptée afin de les éviter.

**Public concerné** : Toutes personnes désirant être sensibilisées aux accidents domestiques.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Durée** : 2h

**Nombre de participants** : 10 participants maximum

**Formalité de la formation**

La formation au travail en hauteur donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation**

Permanente

**Programme de la formation** :

Théorie :

- Introduction / Sensibilisation
- La cuisine
- La chambre d'enfant
- La salle de bain
- Le jardin
- Le garage
- Conclusion

**Modalité d'évaluation** :

Evaluation continue tout au long de la formation.

**Modalité pédagogique** :

Diaporama, travail en sous groupe



# Prévention et Secours Civique

## Niveau 1 – PSC1

« Cette formation s'inscrit dans la nomenclature nationale des formations des citoyens acteurs de sécurité civile. Le PSC1 rentre dans le cadre de la formation professionnelle et dans le droit individuel à la formation (DIF). »

**Objectif général :** A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours destinés à :

- Protéger la victime et les témoins
- Alerter les secours d'urgence adaptés
- Empêcher l'aggravation de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours

**Public concerné :** Tout citoyen de plus de 10 ans qui souhaite devenir un citoyen acteur de sécurité civile à part entière.

**Allègement de formation :** Les stagiaires bénéficiant du SST à jour dans son obligation de formation continue, est réputé détenir l'unité d'enseignement « PSC1 »

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap :** Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis :** Aucun

**Lieu :** Intra entreprise ou salle privée

**Date :** A définir avec l'entreprise ou sur calendrier de formation

**Modalité de la formation :** Présentiel ou FOAD

**Durée :** Présentiel (7 heures), FAOD (4h présentiel et 3h en FOAD)

**Nombre de participants :** 10 participants maximum

**Formalité de la formation :** La formation donne droit à un diplôme officiel de sécurité civil.

### Validité de la formation

La formation continue est recommandée, si celle-ci est réalisée, la durée minimale de 3 heures est préconisée.

Toutefois, l'accès à la formation continue est possible pour tous titulaires du PSC1 datant de 5 au plus tard après son obtention. Au-delà, il est fortement conseillé de suivre une formation complète.

(Instruction Ministère de l'Intérieur - 18 janvier 2018)

### Programme de la formation :

- 1- La protection
- 2- L'alerte
- 3- La victime s'étouffe
- 4- La victime saigne abondamment
- 5- La victime est inconsciente
- 6- La victime ne respire pas (la réanimation cardio-pulmonaire et la défibrillation automatisée externe)
- 7 - La victime se plaint d'un malaise
- 8 - La victime se plaint après un traumatisme
9. Cas concrets de synthèse

**Modalité d'évaluation :** Evaluation continue tout au long de la formation.

**Modalité pédagogique :** Diaporama, travail en sous groupe, démonstration, mise en situation.



# Appeler, Masser, Défibriller

## (A.M.D.)

« La législation française autorise désormais toute personne, même non médecin, à utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE) sur une personne victime d'un arrêt cardiaque, lui permettant de sauver une vie même avant l'arrivée des secours. »

**Objectif général** : A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours destinés à :

- Appeler rapidement les services d'urgence (15 ou 18)
- Effectuer un Massage cardiaque efficace
- Réaliser une Défibrillation précoce

**Public concerné** : Tout citoyen de plus de 10 ans qui souhaite devenir un citoyen acteur de sécurité civile à part entière.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise ou salle privée

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Durée** : 1h 30min

**Nombre de participants** : 10 participants maximum

**Modalité de la formation** :

La formation AMD ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

**Validité de la formation**

Les séances d'entraînement pratique doivent avoir lieu au moins tous les ans

**Programme de la formation** :

- Reconnaître les signes d'un arrêt cardiaque
- Passer une alerte aux services d'urgence
- Effectuer un Massage cardiaque efficace
- Pose correcte d'un DAE ou DSA
- Réaliser une Défibrillation précoce

**Modalité d'évaluation** : Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité pédagogique** : Démonstration, mise en situation



# Initiation aux premiers secours

**Objectif général** : A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours.

**Public concerné** : Formation qui cible plus particulièrement les associations sportives qui désirent faire découvrir le secourisme à ses adhérents.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : Intra entreprise

**Date** : A définir avec l'entreprise

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Durée** : de 2h à 4h

**Nombre de participants** : 10 participants maximum

## **Formalisation de la formation**

La formation IPS ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

## **Validité de la formation**

Cette formation est un tremplin et doit permettre aux personnes qui désirent approfondir les gestes de premiers secours à passer le niveau supérieur (PSC1).

## **Programme de la formation** :

Programme établi avec les responsables de la structure

**Modalité d'évaluation** : Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité pédagogique** : Diaporama, exercice pratique, mise en situation





# Premiers Secours à l'Enfant

**Objectif général** : A l'issue de la formation, le participant doit être capable d'exécuter correctement les gestes de secours adaptés aux enfants et nourrissons.

**Public concerné** : Formation qui cible plus particulièrement les personnes travaillant avec les enfants, les parents ou les grands parents.

**Accessibilité aux personnes en situation d'handicap** : Les personnes en situation d'handicap peuvent participer et être validées.

**Pré requis** : Aucun

**Lieu** : salle privée

**Date** : calendrier de formation

**Modalité de la formation** : Présentiel

**Durée** : de 2h à 4h

**Nombre de participants** : 10 participants maximum

## **Formalisation de la formation**

La formation Premiers Secours à l'Enfant ne débouche pas sur un diplôme officiel mais elle donne droit à une attestation de formation.

## **Validité de la formation**

Cette formation est un tremplin et doit permettre aux personnes qui désirent approfondir les gestes de premiers secours à passer le niveau supérieur (PSC1).

## **Programme de la formation** :

- Protéger
- Examiner
- Alerter
- La victime s'étouffe et présente des gênes respiratoires
  - La victime ne répond pas, respire
  - La victime ne répond pas, ne respire plus

**Modalité d'évaluation** : Evaluation continue tout au long de la formation

**Modalité pédagogique** : Diaporama, démonstration, exercices pratiques

---

*Formations*  
*Professionnels et Particuliers*



**LE GESTE QUI SAUVE**  
ORGANISME DE FORMATION



Résidence campagne la source  
Quartier le tuf  
83170 Tourves

Bruno Bothier : 07 60 38 91 68  
Laurent Gori : 06 89 32 28 87

legestequisauve@gmail.com  
www.legestequisauve.com

Association loi 1901  
Agréé CARSAT

N° SIRET : 539 993 550 00018  
N° d'organisme formateur : 93830464183  
A.P.E. 9499Z



Formation Professionnelle

**VeriSelect**



**CERTIFICATION DE SERVICES**

Bureau Veritas Certification / 92046 Paris-la-Défense Cedex  
Disponible sur demande



**Datadock**  
Organisme  
Référéncé

---

Bruno Bothier : 07.60.38.91.68  
Laurent Gori : 06.89.32.28.87

legestequisauve@gmail.com  
www.legestequisauve.com