PLF FORMATION

PRÉVENTION · PREMIERS SECOURS

PGS – PREMIERS GESTES DE SECOURS · DEMI-JOURNÉE

DURÉE	PUBLIC	EFFECTIF	PRÉREQUIS
3 h 30 de formation effective Format demi-journée	Salariés, agents et toute personne souhaitant apprendre les gestes essentiels de secours	4 à 10 participants	Aucun

OBJECTIF ET COMPÉTENCES VISÉES

Identifier une situation d'urgence, assurer sa protection et celle des témoins, examiner rapidement la victime, alerter les secours et mettre en œuvre les gestes adaptés : hémorragie, étouffement, malaise, inconscience et arrêt cardiaque avec utilisation d'un défibrillateur (DAE).

PROGRAMME ET DURÉES PÉDAGOGIQUES

Séquence	Durée
Accueil, attentes et organisation des secours	10 min
Repérage des dangers, protection et examen de la victime	25 min
Alerte : informations à transmettre et exercices	15 min
Hémorragie, étouffement et malaise : gestes essentiels	50 min
Inconscience : respiration et position adaptée	25 min
Arrêt cardiaque : massage cardiaque et DAE	55 min
Mises en situation, évaluation et bilan	30 min
TOTAL DE FORMATION EFFECTIVE	3 h 30

MÉTHODES ET MOYENS

Apports interactifs, démonstrations commentées, exercices pratiques et mises en situation. Mannequins de secourisme, DAE pédagogique et matériel de simulation.

ÉVALUATION ET ATTESTATION

Évaluation formative par observation des gestes et mises en situation. Attestation de fin de formation mentionnant la durée pédagogique réellement suivie. Formation non certifiante, ne délivrant pas le certificat SST.

ORGANISATION, ACCÈS ET HANDICAP

Formation en présentiel dans les locaux du client, sous réserve d'une salle adaptée. Dates, horaires et délai d'accès convenus lors de la demande et confirmés avant inscription. Pour toute situation de handicap ou besoin d'adaptation, contacter PLF FORMATION avant la session.

TARIF INTRA-ENTREPRISE	**499 € HT / session**
FORMATION INTER-ENTREPRISE	**Sur devis**

PLF FORMATION · 39 rue du Mené · 22510 Bréhand · 06 33 06 10 21 · www.plfsecours.bzh
SIRET 94901667900019 · Déclaration d'activité n° 53220929822 auprès du préfet de la région Bretagne.
Programme généraliste PGS · Version novembre 2026