



SE FORMER AUX SITUATIONS D'URGENCE

ET SI, UN JOUR, C'ÉTAIT À VOUS D'AGIR ?

Chacun peut être confronté à une situation d'urgence : malaise, chute ou accident de la vie quotidienne peuvent survenir à tout moment, que ce soit à domicile, sur le lieu de travail, sur la route ou lors d'activités extérieures. En attendant l'arrivée des secours, chaque minute est déterminante : les premiers gestes peuvent sauver une vie ou limiter les conséquences d'un accident. Se former aux premiers secours constitue donc un véritable acte citoyen.

QUEL EST L'OBJECTIF DE SE FORMER ?

Se former aux premiers gestes de secours permet de :

- développer les bons réflexes et la confiance ;
- savoir réagir rapidement et efficacement sans paniquer ;
- augmenter les chances de survie d'une victime en attendant l'arrivée des secours ;
- être capable d'aider ses proches et les autres.

DES GESTES SIMPLES QUI FONT LA DIFFÉRENCE

Lors d'une formation, vous apprenez notamment à :

- alerter correctement les services de secours ;
- sécuriser une situation et éviter le su-raccident ;
- mettre une personne inconsciente en position latérale de sécurité ;
- pratiquer un massage cardiaque et utiliser un défibrillateur ;
- réagir face à un étouffement ;
- effectuer d'autres gestes de premiers secours (soins de plaies, brûlures, etc.).

LES FORMATIONS, POUR QUI ?

La formation aux premiers secours s'adresse à tous les citoyens, quels que soient l'âge ou le parcours : parents, jeunes, seniors, bénévoles, agents communaux, associations...

Chacun peut être amené, un jour, à porter secours à un proche ou à un inconnu.

PENSEZ À
TÉLÉCHARGER
L'APPLI 112 BE !
1 APP,
3 SERVICES
DE SECOURS

112 BE



OÙ SE FORMER ?

Il existe plusieurs types de formation en Premiers Secours :

- Initiations courtes pour apprendre les gestes essentiels
- Formations certifiantes, comme le BEPS (Brevet Européen de Premiers Secours)
- Modules spécifiques, notamment pour les entreprises

Ces formations sont proposées par :

- La Croix-Rouge de Belgique
- Certaines asbl
- La médecine du travail (pour ses propres travailleurs)
- Des organismes et centres spécialisés privés



Et si vous testiez vos réflexes face à une situation d'urgence ?

Il existe «sauveunevie.be», une expérience interactive gratuite qui permet d'apprendre les gestes qui sauvent à travers trois films immersifs. Scannez le QR Code ci-joint et testez vos connaissances dès maintenant !

