

# Les Gestes qui sauvent

Animé par :

**Monsieur Marc RAMIRES, MSA SERVICES GRAND SUD**

Nous proposons un atelier de 4 séances de 3 heures,  
pour apprendre les gestes de premiers secours.

Avec les conseils d'un formateur-secouriste, vous allez  
apprendre à agir et réagir face aux différents dangers  
de la vie courante.

Dates des séances au verso

« Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la  
conférence des financeurs de la prévention de la perte  
d'autonomie des personnes âgées de l'Aude »

SANTÉ

ATELIER



© Istock

DATE

07

Avril  
2023

14h-17h

LIEU

Albas

Foyer communal  
Rue de Malpetto  
(sous la mairie)



INFOS

Atelier gratuit sur  
inscription à la mairie au  
04.68.45.90.58

Proposé par



En partenariat avec la  
commune d'Albas

# Les Gestes qui sauvent

## ATELIER 1

**07**  
**Avril**  
**2023**

14h-17h

Protéger, examiner et alerter.

## ATELIER 2

**14**  
**Avril**  
**2023**

14h-17h

Secourir une victime (partie 1)

## ATELIER 3

**21**  
**Avril**  
**2023**

14h-17h

Secourir une victime (partie 2)

## ATELIER 4

**28**  
**Avril**  
**2023**

14h-17h

Concevoir/Planifier une activité en sécurité

## PROGRAMME

- S'inscrire dans la démarche : Protéger, Examiner, Faire alerter, Secourir.
- Acquérir les bons gestes, les bons réflexes.
- Enrichir ses connaissances sur les activités de base du quotidien.
- Intégrer la posture de prévention à partir de l'analyse du risque.