# GESTES QUI SAUVENT

**FORMATION GRATUITE**



**Jeudi 19 Novembre 2026**
**De 14h à 17h**

**10110 Bar sur Seine**

**Alternant théorie et pratique, venez découvrir les premiers gestes pour :**

- sécuriser les lieux et protéger la victime ;
- analyser l'état de la victime ;
- alerter les secours ;
- réaliser les gestes adaptés : position latérale de sécurité (PLS), arrêt cardiaque, hémorragie et étouffement.

## INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Par téléphone :
06 07 05 60 02

Par e-mail :
mrigollot@fede10.admr.org

Groupama

ars Agence Régionale de Santé Grand Est

UNION DÉPARTEMENTALE SAPEURS POMPIERS AUBE

ADMR pour tous, toute la vie, partout

Ne pas jeter sur la voie publique – IPNS