

# FORMATIONS CONTINUES DESTINÉES AUX PROFESSIONNEL·LE·S DE L'ACCUEIL TEMPS LIBRE





# 9

## APPROCHE GLOBALE DE LA SANTÉ



- SECOURISME ET RÉANIMATION CARDIO-PULMONAIRE
- LA SÉCURITÉ

**SAVE MY LIFE ASBL ■ 120034 ■ Plaies, Premiers soins, Secours, Urgences****GESTION DES PLAIES ET LÉSIONS DE LA PEAU LORS D'ACTIVITÉS EN ATL****Publics cibles** **F J K L Y Z****Contenu****Contenu détaillé :**

- Les principes généraux et l'attitude du secouriste / Schéma d'intervention et le premier bilan – L'appel 112 ;
- La différence entre une plaie simple et une plaie grave ;
- La plaie hémorragique : qu'est-ce qu'une hémorragie, à quoi faire attention ? Pourquoi est-ce dangereux ?
- Gestion de la plaie hémorragique avec les moyens classiques présents dans une trousse de secours ;
- Gestion du membre amputé (souvent un bout de doigt en raison d'une porte refermée trop brutalement) et la gestion de la plaie de l'amputation- les dangers du saignement et les points d'attention ;
- L'utilisation correcte d'une couverture de survie ;
- Gestion de la plaie avec objet pénétrant (morceau de verre ou de bois) ;
- Gestion de la plaie fortement souillée (cailloux ou bris de verre incrustés) ;
- Gestion de la plaie au visage : à la lèvre, à l'œil, à l'oreille, à la joue, au cou ;
- Gestion de la plaie à la main : plaie au doigt, ongle arraché, ongle « bleu » (hématome sous l'ongle) ;
- Gestion de la plaie avec fracture ouverte ;

- Gestion des lésions cutanées en classes de mer : morsure de méduse, plaie remplie de sable, sable dans l'œil ;
- Gestion des lésions cutanées en classes vertes : plaies avec barbelés, morsures d'animaux, brûlures avec chenilles processionnaires.

**Techniques pratiques abordées :**

Nettoyage et gestion d'une plaie simple, cooling d'une plaie sale, pansements matériel disponible dans une trousse de soins, emballage d'une plaie grave, pansement compressif, garrot de fortune, pansement d'un objet pénétrant, utilisation d'une couverture de survie.

**Objectifs**

Cette formation a pour objectif de permettre aux accueillant-e-s de prendre en charge toutes les plaies pouvant être rencontrées dans le cadre d'activités extérieures (sortie vélo, patins à roulettes, promenade, etc.) et de faire le lien entre théorie/pratique/matériel de 1<sup>er</sup> soins disponible. Former pour permettre à chacun-e de savoir comment réagir devant ces différentes plaies.

**Méthodologie**

Initiation essentiellement théorique mais certains actes techniques sont abordés. Elle va permettre de donner des outils de base pour faire face à des plaies en fonction des circonstances. L'idée est aussi de montrer que même avec du matériel simple dispo-

nible dans une trousse de secours classique, il est possible de prodiguer des soins de qualité. On va donc mettre en alternance la théorie, la technique pratique et l'utilisation du matériel de premiers secours.

**Prérequis**

Formation de base en secourisme.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Sandra SIMON, Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT

**► Brabant wallon**

- **Date(s)** : Le 5 juin 2026
- **Lieu(x)** : 1490 Court-St.-Etienne

**► Hainaut**

- **Date(s)** : Le 16 avril 2026
- **Lieu(x)** : 7100 La Louvière

**► Liège**

- **Date(s)** : Le 22 mai 2026
- **Lieu(x)** : 4000 Liège



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**



## SAVE MY LIFE ASBL ■ 110603 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Réanimation

### INITIATION AUX SOINS PÉDIATRIQUES (ORIENTÉE 3-12 ANS)

Publics cibles **F J K L Y Z**

#### Contenu

Initiation qui regroupe sur 1 jour des notions de base pour donner les 1<sup>ers</sup> soins en pédiatrie face aux soucis respiratoires, à un arrêt cardio-respiratoire ou aux accidents domestiques classiques.

Ce module permet d'acquérir des réflexes en matière de premiers secours. On brasse plusieurs thématiques qui sont abordées brièvement en théorie avec ensuite l'apprentissage de la bonne technique de prise en charge, sans aller dans le détail.

#### Principes généraux :

- Règles de base ;
- Appel 112 ;
- Attitude et psychologie ;
- Évaluer la douleur ;
- Repérer et gérer une détresse vitale : enfant inconscient ou problème respiratoire ;
- Troubles respiratoires et signes de gravité - réagir efficacement ;
- Malaises divers comme hyperthermie et convulsions.

#### Techniques pratiques :

- Position latérale de sécurité ;
- Obstruction respiratoire - technique désobstruction enfant ;
- Arrêt cardio-respiratoire - réanimation enfant / utilisation d'un défibrillateur automatique.

#### Lésions :

- Différencier plaie simple, grave, hémorragique et agir ;
- Saignement nez ;
- Brûlures ;
- Signes de commotion (approche théorique rapide).

En fonction du timing le/la formateur-trice essaie d'organiser l'une ou l'autre simulation ou de prévoir du temps complémentaire pour des entraînements techniques ou du partage de vécu. Nous nous adaptons au groupe et à ses besoins.

#### Objectifs

Initier aux 1<sup>ers</sup> secours pour augmenter la sécurité de l'enfant. Garantir des 1<sup>ers</sup> soins rapides, adaptés et efficaces.

#### Méthodologie

Active et dynamique / Alternance théorie-pratique / Enseignement par des professionnel-le-s en plusieurs étapes. On brasse la théorie pour ensuite aborder les notions pratiques et les techniques spécifiques.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Sandra SIMON, Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT

#### ► Hainaut

- **Date(s)** : Le 11 mars 2026
- **Lieu(x)** : 7100 La Louvière

#### ► Namur

- **Date(s)** : Le 1 avril 2026
- **Lieu(x)** : 5580 Rochefort



Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.

## SAVE MY LIFE ASBL ■ 120036 ■ Allergie, Besoins spécifiques, Urgence, Premiers soins, Diabète

### LES URGENCES SPÉCIFIQUES EN ATL : ACCUEILLIR UN ENFANT AUX BESOINS SPÉCIFIQUES - FOCUS PREMIERS SOINS

Publics cibles **F J K L Y Z**

#### Contenu

Législation et impact sur l'accueil d'un enfant aux besoins spécifiques :

#### Accueillir un enfant allergique

- Notion de réaction allergique alimentaire : les principales allergies alimentaires, les documents à remplir, les procédures ONE ;
- Notion de réaction allergique sur piqûre de guêpe/d'insecte ;
- Les différentes réactions allergiques possibles (cutanée, respiratoire, etc.) et les niveaux de gravité. Les signes et symptômes inquiétants. La procédure d'urgence en ATL ;
- L'injection Epipen : autorisée ?
- Les bons gestes face à une réaction allergique modérée (malaise vagal, syncope, difficulté respiratoire) et sévère (grosse difficulté respiratoire, état de choc, gonflement généralisé, arrêt cardiaque, etc.).

#### Accueillir un enfant diabétique

Notion de diabète infantile : qu'est-ce que le diabète ? Le carnet de l'enfant diabétique, la pompe à insuline, les glucomètres, etc. Puis-je contrôler le taux de glycémie ? Les points d'attention et les

procédures ONE. Les signes et symptômes d'un problème de glycémie. Évaluer la gravité. Injection insuline et glucagon : autorisée ?

#### Accueillir un enfant épileptique ou asthmatique

Qu'est-ce que l'épilepsie ? Les différentes formes ? Comment gérer une crise convulsive ?

Qu'est-ce que l'asthme ? Comment gérer une crise ? La chambre d'inhalation : c'est quoi ? Suis-je autorisée à donner des puffs ?

Recommandations ONE: les procédures administratives à mettre en place avant l'accueil et les procédures d'urgence en cas de problème. Qui peut faire quoi, comment, dans quel contexte ?

**Techniques pratiques** : vérifier les fonctions vitales, la position de sécurité, la réanimation.

Simulations pratiques en fonction du timing.

#### Objectifs

Sensibiliser aux notions de 1<sup>ers</sup> soins chez l'enfant qui souffre d'une pathologie courante mais spécifique et nécessitant des soins particuliers.

Sensibiliser aux procédures à mettre en place et aux actes techniques autorisés selon les circonstances.

Rappeler les procédures internes à l'ONE.

#### Méthodologie

Cette initiation est essentiellement théorique. Certains actes techniques sont abordés, mais l'idée générale est d'apporter des éclaircissements sur les procédures avant d'accueillir un enfant avec besoins spécifiques.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Sandra SIMON, Corentin CASTIAUX, Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT

#### ► Brabant wallon

- **Date(s)** : Le 17 avril 2026
- **Lieu(x)** : 1490 Court-St.-Etienne

#### ► Namur

- **Date(s)** : Le 18 mai 2026
- **Lieu(x)** : 5580 Rochefort



Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.



**SAVE MY LIFE ASBL ■ 110606 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Pré-adolescent****PREMIERS SECOURS CIBLÉS POUR LES PRÉ-ADOS ET LEUR SPÉCIFICITÉS - SPÉCIFIQUE 8 À 12 ANS****Publics ciblés** F J K L Y Z**Contenu****Principes généraux**

- Règles de base / Premier bilan / Appel 112.

**Pathologies liées à la pré-adolescence**

- Crise d'angoisse, malaise vagal et syncope, douleurs abdominales, intoxication médicamenteuse, coup de chaleur, etc.

**L'approche du pré-ado**

- Malaise vagal et syncope : les éléments qui peuvent mener au malaise (raison émotionnelle ou physique – beaucoup de jeunes ne s'alimentent plus correctement pour maigrir et mieux correspondre à un standard et éviter des remarques déplacées des autres) ;
- Que faire face à un malaise vagal / une syncope ?
- Coup de chaleur et insolation ;
- Hypoglycémie et prise en charge / Le jeune diabétique ;
- Crise d'angoisse : comment la gérer ?

- Comment repérer l'installation d'une réelle détresse respiratoire ou psychologique ? Quand faut-il s'inquiéter ?
- L'inconscient qui respire et la position latérale de sécurité ;
- Choc anaphylactique et sa prise en charge ;
- Crise convulsive et sa prise en charge / L'épileptique connu ;
- Douleurs abdominales : les bonnes questions et les bons réflexes (une douleur abdominale chez un jeune peut avoir de multiples origines comme par exemple l'apparition de premières règles, une angoisse réprimée, une crise d'appendicite tardive, une infection urinaire car le jeune se retient d'aller aux toilettes pendant la journée, etc.) ;
- L'intoxication médicamenteuse ou alcoolique et sa prise en charge.

**Objectifs**

Cette formation vise principalement les pathologies souvent rencontrées avec des

pré-adolescent-e-s de la tranche 8-12 ans pour mieux armer les personnes qui les encadrent.

**Méthodologie**

En fonction du temps disponible, le moniteur organise des mises en situation pratiques. Un temps est prévu pour un partage de vécu, des questions-réponses sur des situations vécues.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**

**SAVE MY LIFE ASBL ■ 110608 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Plaisir****PRODIGUER LES PETITS SOINS LIÉS AUX ACTIVITÉS EXTÉRIEURES****Publics ciblés** F J K L Y Z**Contenu**

Cette formation vise principalement la bobologie du quotidien liée aux imprévisibles de l'extérieur.

Vu que nous abordons aussi la noyade, un entraînement à la réanimation sur noyade est prévu.

- Règles de base / Appel 112 / Attitude / Psychologie d'intervention / Schéma ;
- L'enfant: adulte miniature ?
- Petits soins de plaie: prendre en charge une plaie simple (+ écharde + morsure d'enfant) ;
- Recommandations ONE: quoi avec ou sans prescription ;
- Jeux de sable ou de terre : sable dans les yeux - que faire et quand s'inquiéter ?
- Morsures / piqures d'insectes ou morsure de chien/chat: que faire et quand s'inquiéter ?
- Spécificités tique, taon, aoûtat ;
- Les brûlures en activité encadrée - que faire, quand et comment ?
- Prise en charge de la brûlure classique ;
- Brûlure par rayonnement du soleil ;
- Brûlure par contact : pieds nus sur sol chaud, ou avec une plante ou une

chenille toxique (berce géante, chenille processionnaire) ;

- Brûlure à l'eau par reflet du soleil sur l'eau ;
- Brûlures par frottement : cloque, glissement tobogan ;
- Les recommandations de la fondation des brûlés ;
- Coup de chaleur / insolation / malaise vagal ;
- Intoxications par baies, champignons, plantes etc : que faire et quand s'inquiéter ?
- Le choc allergique ;
- La position latérale de sécurité ;
- Jeux d'eau : la noyade (+ réanimation de l'enfant sur noyade) et la noyade sèche ;
- Jeux à grimper : lésion de l'appareil locomoteur - savoir faire un bandage simple + les lésions cérébrales sur chute, savoir reconnaître les signes d'une commotion / Quand s'inquiéter ?
- L'hygiène des mains ;
- La bonne utilisation des outils présents dans la trousse de secours ;
- Temps d'échange et de questions/réponses sur des cas vécus.

**Objectifs**

Formation qui vise la bobologie du quotidien lié aux activités extérieures.

**Méthodologie**

Formation théorique avec quelques entraînements techniques.

On y aborde plusieurs notions très spécifiques aux jeux, promenades et autres activités extérieures.

L'une ou l'autre simulation-s organisée-s en fonction du timing de la journée et des attentes du groupe.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON

**► Luxembourg**

- **Date(s)** : Le 3 avril 2026
- **Lieu(x)** : Rue de l'Ermitage 2 6950 Nassogne



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**

**SAVE MY LIFE ASBL** ■ 110610 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Recyclage

**RECYCLAGE EN SECOURISME PÉDIATRIQUE ORIENTÉ 3-12 ANS**

**Publics cibles** F J K L Y Z

**Contenu**

Fil conducteur simple : revoir les bases des premiers secours via un refresh des thématiques clés, beaucoup de révisions techniques et des simulations pratiques.

Par le biais de plusieurs simulations d'incident/d'accident, on amène chacun-e à plonger dans ses acquis pour réviser la matière apprise et se remettre au goût du jour. Après chaque simulation, on fait un débriefing, on prévoit un partage de vécu et on revoit la théorie. Un entraînement pratique aux techniques est également réalisé. On redémontre la technique en plusieurs temps et ensuite chacun s'exerce.

- Principes généraux et psychologie d'intervention / Appel 112 + exercices d'appel ;
- Exercice : enfant inconscient qui respire + débriefing + révision PLS ;
- Exercice : enfant en obstruction respiratoire modérée puis sévère puis arrêt respiratoire ;
- Débriefing + révision désobstruction jeune enfant + révision réanimation jeune enfant.

Selon le temps disponible et les souhaits évoqués par le groupe, le reste de la journée est organisé de 2 façons différentes au choix du groupe :

- Soit le groupe opte pour l'organisation de révisions techniques et de simulations pratiques. Dans ce cas on met en place diverses simulations et on prévoit les révisions techniques et théoriques assimilées aux thématiques abordées en mise en situation ;
- Soit le groupe opte pour l'organisation d'un jeu de l'oie. Dans ce cas on utilise le jeu comme outil de révisions. Le groupe est alors réparti en équipes autour d'un plateau de jeu de société de type "jeu de l'oie". A chaque étape, il faut tirer une carte et en fonction l'équipe doit répondre à une question théorique, réaliser une technique pratique ou jouer une simulation. Si l'équipe gagne, elle avance son pion. Si l'équipe ne parvient pas (réalise mal la technique ou répond mal à la question), alors le reste du groupe s'active et l'équipe qui y parvient remporte le point. Une façon très amusante de revoir la matière.

L'idée de ce recyclage est de mixer les obligations légales avec un recyclage qui soit à la fois ludique et didactique.

**Objectifs**

Renouveler le brevet de secouriste pour un an et de réviser les gestes d'urgence.

**Méthodologie**

Méthodologie axée sur un maximum de révisions techniques avec des simulations pratiques, un débriefing et un partage de vécu. Le-la formateur-trice adapte son cours selon les besoins et les attentes de son public.

**Prérequis**

Brevet de secouriste professionnel reconnu par le SPF Emploi en ordre de validité.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON

**Brabant wallon**

- **Date(s)** : Le 20 novembre 2025
- **Lieu(x)** : Av. des Métallurgistes 22  
1490 Court-St.-Etienne

**Liège**

- **Date(s)** : Le 9 décembre 2025
- **Lieu(x)** : Rue des Prémontrés 40  
4000 Liège

**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**

**SAVE MY LIFE ASBL** ■ 110614 ■ Premiers soins, Secourisme, Désobstruction, Urgences, Réanimation

**UN JOUR POUR GÉRER DES URGENCES NON TRAUMATIQUES**

**Publics cibles** F J K L Y Z

**Contenu**

La journée s'organise en 2 s.

- Règles de base des premiers secours ;
- Appel 112 ;
- Psychologie d'intervention ;
- Attitude à adopter face à un enfant blessé ;
- L'enfant : un adulte miniature ?

**1 : théorie**

- Le malaise vagal / l'insolation / le coup de chaleur + la position à donner à l'enfant ;
- L'enfant inconscient qui respire + la position latérale de sécurité ;
- La crise convulsive / le pic hyperthermique ;
- La crise d'asthme et la crise d'hyperventilation et les actes à poser ;
- La crise d'appendicite ;
- L'enfant diabétique ;
- L'enfant déshydraté.

**2 : pratique – simulations**

- Mise en pratique de la théorie avec simulations à évolution progressive et complexes obligeant à repérer le problème et à utiliser plusieurs techniques acquises ;
- Temps d'échange et de discussion sur des cas vécus par les structures – Ce temps permet aussi d'évoquer la charge émotionnelle en de telles circonstances.

**Objectifs**

Ce module est conçu pour donner un bon bagage en matière de premiers soins aux enfants dans certaines situations bien précises d'origine non traumatique.

**Méthodologie**

Alternance théorie / technique pratique / simulations.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON

**Bruxelles**

- **Date(s)** : Le 3 avril 2026
- **Lieu(x)** : Rue Au Bois 365  
1150 Woluwe-Saint-Pierre

**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**



**SAVE MY LIFE ASBL ■ 110617 ■ Premiers soins, Secourisme, Désobstruction, Urgences, Réanimation****URGENCES VITALES DE 3 À 12 ANS****Publics cibles** **F J K L Y Z****Contenu**

Le fil conducteur de cette formule : l'action et l'évolution.

Cette initiation s'articule sur des exercices de mise en situation pratique. On part d'un thème que l'on fait évoluer au fil de la journée.

- Principes généraux / Attitude du secouriste / Schéma d'intervention / Premier bilan / L'appel 112 ;
- Les fonctions vitales de l'enfant et les particularités du système respiratoire en pédiatrie ;
- Les principaux troubles de la respiration et les signes de gravité ;
- Mise en situation 1 : enfant en détresse respiratoire - conscient ;
- Débriefing - Vécu - Pourquoi et comment poser certains actes ;
- Technique pratique : vérifier conscience et respiration d'un jeune enfant ;
- Technique pratique : position latérale de sécurité ;
- Mise en situation 2 : enfant en détresse respiratoire qui perd connaissance ;
- Les convulsions de l'enfant : que faire ? (y compris sur hyperthermie) ;
- Mise en situation 3 : enfant en détresse respiratoire avec fièvre qui fait crise

convulsive sur pic hyperthermique et reste inconscient ;

- L'obstruction respiratoire (modérée et sévère) de l'enfant + technique de désobstruction ;
- Mise en situation 4 : enfant en obstruction modérée qui passe en sévère ;
- L'arrêt respiratoire et la réanimation cardio-pulmonaire du jeune enfant (1-8 ans) et de l'enfant de taille adulte (+ 8 ans) + DEA ;
- Mise en situation 5 : Enfant en obstruction modérée qui passe en obstruction sévère et qui perd connaissance avant la désobstruction- Reprise de la respiration avant l'arrivée du 112 ;
- Partage du vécu / Débriefing.

**Objectifs**

Cette initiation, essentiellement pratique, vise l'acquisition de gestes réflexes pour gérer des situations vitales.

**Méthodologie**

- Bref apport théorique qui permet d'acquérir des gestes réflexes et de comprendre pourquoi les poser. Apprentissage des techniques appropriées selon les cas visés ;
- Organisation de diverses simulations pratiques progressives et évolutives via

des cas concrets qui obligent à poser plusieurs actes (mettre en œuvre plusieurs techniques) suivant l'évolution de l'enfant Apprentissage de la gestion du stress.

- **Durée** : 1 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON

**► Brabant wallon**

- **Date(s)** : Le 9 février 2026
- **Lieu(x)** : Av. des Métallurgistes 22  
1490 Court-St.-Etienne

**► Liège**

- **Date(s)** : Le 10 mars 2026
- **Lieu(x)** : Rue des Prémontrés 40  
4000 Liège

**► Hainaut**

- **Date(s)** : Le 3 février 2026
- **Lieu(x)** : 7100 La Louvière



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**

**SAVE MY LIFE ASBL** ■ 110607 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Réanimation

## PRODIGUER LES PREMIERS SOINS AU QUOTIDIEN ET REPÉRER LES SIGNES DE GRAVITÉ



Publics cibles **F J K L Y Z**

### Contenu

#### Principes généraux

- Règles de base des 1<sup>ers</sup> secours
- Appel 112
- Psychologie d'intervention face à un enfant blessé

#### Fonctions vitales et malaises fréquents

- Les fonctions vitales et leurs détresses en pédiatrie / Comment les contrôler ?
- L'enfant inconscient qui respire
- Technique pratique: la position latérale de sécurité
- Les troubles respiratoires fréquents chez les jeunes enfants – incluant la crise d'angoisse
- Technique pratique: la désobstruction du jeune enfant
- L'enfant en arrêt respiratoire
- Technique pratique: la réanimation du jeune enfant + l'utilisation d'un défibrillateur automatique
- La noyade et la noyade sèche
- Les convulsions / y compris sur pic hyperthermique
- Les intoxications

#### Lésions traumatiques

- Les plaies et leur prise en charge (plaie grave et simple)
- Technique pratique: nettoyage d'une plaie simple et pansement
- Piqûre / morsures d'insectes et animaux

- La plaie buccale + le doigt coincé dans une porte + spécificités d'accidents liés à l'enfant / Comment rincer un oeil correctement
- Les signes d'inflammation et quand consulter un médecin ?
- Les hémorragies et leur prise en charge + Spécificité amputation (bout de doigt) et écrasement
- Technique pratique: pansement compressif
- Les brûlures et leur prise en charge
- Techniques pratiques: les emballages de plaie grave et de brûlure
- Les lésions de l'appareil locomoteur et leur prise en charge (la petite et la grande traumatologie, les signes d'un traumatisme crânien ou d'une lésion vertébrale / cérébrale)
- Techniques pratiques: les bandages, les écharpes d'immobilisation de fracture de bras/luxation d'épaule, le maintien de tête
- Le carnet de bord professionnel / Les conseils de l'ONE

### Objectifs

Donner un excellent bagage en matière de premiers soins (bobologie du quotidien) tout en formant aux urgences vitales.

### Méthodologie

Alternance théorie / Technique pratique / Simulations.

- **Durée** : 2 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON

#### ► Bruxelles

- **Date(s)** : Les 9 et 10 avril 2026
- **Lieu(x)** : Rue Au Bois 365  
1150 Woluwe-St-Pierre

#### ► Brabant wallon

- **Date(s)** : Les 20 et 24 avril 2026
- **Lieu(x)** : Av. des Métallurgistes 22  
1490 Court-St-Etienne

#### ► Hainaut

- **Date(s)** : Les 2 et 9 juin 2026
- **Lieu(x)** : 7100 La Louvière



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**



**SAVE MY LIFE ASBL ■ 110613 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Brevet****FORMATION EN SECOURISME PÉDIATRIQUE ORIENTÉE JEUNE ENFANT EN 18H****Publics cibles** **F J K L Y Z****Contenu**

Formation en secourisme orientée sur les jeunes enfants (n'aborde pas le bébé).

Idéale pour secteur 3-12 ans. Avec le minimum légal de l'adulte - donne accès au brevet de secouriste professionnel reconnu SPF Emploi.

Contenu détaillé sur demande.

Organisée en 3 parties.

**Partie 1**

S'articule autour des sujets clés comme les règles de base et un bon appel aux secours mais aussi sur les fonctions vitales, comment les contrôler et les bons gestes à prodiguer face à ces urgences vitales (inconscience, détresse ou arrêt cardio-respiratoire). On y aborde aussi les malaises divers (intoxications, insolation, convulsions, etc.). Matière abordée en détails, en théorie et en pratique, avec entraînement aux techniques et simulations.

**Partie 2**

Se concentre sur les lésions traumatiques.

On y détaille notamment les notions de plaies (simples et graves, morsures d'animaux), d'hémorragie (interne, externe, extériorisée comme le saignement de nez) et de brûlure (thermique, chimique,

électrique). On aborde également les traumatismes locomoteurs comme les contusions, foulures, entorses, fractures, luxations. Ces matières sont développées en théorie et en pratique, avec entraînement aux techniques et des simulations.

**Partie 3**

La dernière partie est consacrée aux conseils et au strict minimum sur l'adulte donnant accès au brevet de secouriste.

Plusieurs simulations évolutives sont organisées au fil de la formation, sur chaque thématique abordée, afin de bien ancrer la matière. Les entraînements aux techniques pratiques se font au fur et à mesure afin d'assurer un bon équilibre et de bien intégrer les gestes pratiques tout au long de la formation.

Cette formation se clôture par une évaluation des compétences donnant accès au brevet de secouriste professionnel reconnu par le SPF Emploi.

**Objectifs**

Former aux gestes d'urgence mais aussi aux premiers soins du quotidien.

**Méthodologie**

Fil conducteur avec une approche théorique mixée à la pratique. Une alternance

équilibrée avec apprentissage de plusieurs techniques pratiques (pansement, désobstruction, RCP, bandages, écharpes d'immobilisation, PLS, compressif, emballages, etc.).

- **Durée** : 3 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT, Sandra SIMON

**► Brabant wallon**

- **Date(s)** : Les 8, 15 et 22 juin 2026
- **Lieu(x)** : Av. des Métallurgistes 22  
1490 Court-St.-Etienne

**► Namur**

- **Date(s)** : Les 7, 14 et 21 avril 2026
- **Lieu(x)** : 5580 Rochefort

**► Bruxelles**

- **Date(s)** : Les 1, 2 et 3 juillet 2026
- **Lieu(x)** : Rue Au Bois 365  
1150 Woluwe-St-Pierre



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**



## SAVE MY LIFE ASBL ■ 110612 ■ Premiers soins, Secourisme, Secours, Urgences, Brevet

### FORMATION EN SECOURISME EN 24H



Publics cibles **F J K L Y Z**

#### Contenu

Formation complète en secourisme donnant accès au brevet de secouriste reconnu SPF Emploi.

Aborde urgences et premiers soins de l'enfant et de l'adulte (idéale pour secouristes accueillant de 3 à 12 ans). Contenu détaillé sur simple demande. Organisée en 4 parties :

#### Partie 1

S'articule autour de sujets clés comme les règles de base et l'appel 112, les fonctions vitales, leur surveillance, les bons gestes à prodiguer (inconscience, détresse et arrêt cardio-respiratoire bébé, enfant, adulte)..

#### Partie 2

Malaises divers: intoxications, insolation, convulsions, syncope, angoisse, hyper/hypothermie, hypoglycémie, problème neuro etc.

#### Partie 3

- Lésions traumatiques ;
- Les plaies : simples et graves, cloques, morsures d'animaux ;
- Les hémorragies : interne, externe, extériorisée comme le saignement de nez ;

- Les brûlures : thermique, chimique, électrique ;
- Les traumatismes locomoteurs : contusions, foulures, entorses, fractures, luxations, amputation, écrasement.

#### Partie 4

- Spécificités pédiatriques ;
- Conseils ONE et SML ;
- Toutes les matières sont développées en théorie et en pratique, avec entraînement aux techniques (évacuation, position latérale de sécurité, désobstruction, réanimation, pansements, compressifs, bandages, emballages, écharpes, immobilisation, etc) + diverses simulations.

#### Objectifs

Former aux gestes d'urgence mais aussi aux premiers soins du quotidien - tous âges.

#### Méthodologie

Fil conducteur avec une approche théorique mixée à la pratique. Une alternance équilibrée avec apprentissage de plusieurs techniques pratiques et des simulations variées, progressives et évolutives.

Plusieurs techniques pratiques sont enseignées. Nous utilisons une technique en 4 temps pour démontrer chaque étape et l'expliquer correctement, que chacun-e comprenne pourquoi et comment réaliser chaque geste. Chacun-e peut ensuite s'entraîner sous l'œil vigilant du/de la formateur-trice. Les simulations sont organisées tout au long de la formation, sur chaque thématique, afin de bien intégrer la matière et de la mettre en pratique.

- **Durée** : 4 jour(s)
- **Horaire** : de 9h à 15h30
- **Nbre. de places** : min. 8, max. 15
- **Animation** : Sandra SIMON, Hugues CUVELIER, Sabine JEANJOT

#### ► Brabant wallon

- **Date(s)** : Les 12, 16, 19 et 23 janvier 2026
- **Lieu(x)** : Av. des Métallurgistes 22  
1490 Court-St.-Etienne

#### ► Liège

- **Date(s)** : Les 13, 17, 20 et 24 avril 2026
- **Lieu(x)** : Rue des Prémontrés 40  
4000 Liège



**Standard nomade, inscription en équipe complète ou partielle.**







