LOCK FORMATION

Sécurisez votre avenir

CATALOGUE DE FORMATIONS

ORGANISME DE FORMATION

Découvrez notre catalogue de formations spécialisées en secourisme, incendie et préventions des risques. De la maîtrise des gestes de premiers secours à la gestion des situations d'urgence, en passant par les stratégies de lutte contre les incendies, notre sélection de programmes est conçue pour répondre à tous vos besoins en matière de sécurité au travail. Parcourez nos offres variées et choisissez celles qui correspondent le mieux à vos exigences et à celles de votre équipe.

PRÉVENTION DES RISQUES
SECOURISME ET INCENDIE

Lock Formation est certifié Qualiopi

Qualiopi processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION



LOCK FORMATION

SOMMAIRE

Sommaire 02

Nos Valeurs 03

Nos Formations en Secourisme : 04

- Sauveteur Secouriste du Travail (SST) - Initiale 05
- Sauveteur Secouriste du Travail (SST) - MAC 07
- Initiation aux Premiers Secours 09
- Manipulation des Défibrillateurs 11
- Prévention des Risques Routiers 12
- Gestes et Postures 3h 15
- Gestes et Postures 7h 16

Nos Formations en Incendie : 17

- Manipulation des Extincteurs 18
- Équipier de Première Intervention (EPI) 19
- Guide-file / Serre-file 20
- Évacuation 21
- Exercice d'Évacuation 22

Processus 24

Contact 25

LOCK FORMATION

NOS VALEURS

Nous nous efforçons d'offrir des formations qui non seulement éduquent, mais aussi inspirent et protègent. Nos valeurs fondamentales reflètent notre dévouement et notre approche personnalisée.



BIENVEILLANCE

Nous créons un environnement respectueux et encourageant, favorisant un apprentissage efficace et des relations durables avec nos clients.



ENGAGEMENT

Nous sommes déterminés à fournir un environnement propice à l'apprentissage, où chaque individu est soutenu dans sa progression. Cet engagement se traduit par une disponibilité constante, une écoute active des besoins spécifiques et un suivi personnalisé.

QUALITÉ



Cela signifie offrir des programmes rigoureux, des formateurs compétents et des ressources pédagogiques de pointe. La qualité est cruciale car elle garantit à nos clients une acquisition solide de leurs compétences.



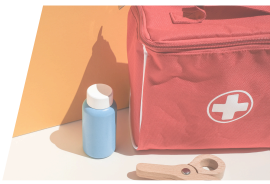
ÉTHIQUE

Nous agissons avec intégrité, transparence et responsabilité envers nos clients, assurant une relation de confiance mutuelle.

LOCK FORMATION

SECOURISME

LES FORMATIONS EN SECOURISME



Aujourd'hui, il est crucial de reconnaître l'importance de se former aux gestes de premiers secours. Ces formations sont bénéfiques non seulement dans le cadre professionnel, mais elles peuvent également vous servir à n'importe quel instant.

L'obligation de former ses salariés à la sécurité incendie relève des articles suivants :

ARTICLE R4224-15 DU CODE DU TRAVAIL :

« Un membre du personnel doit recevoir la formation aux premiers secours dans les ateliers de travaux dangereux ou les chantiers employant plus de 20 personnes pendant plus de 15 jours. »

ARTICLE R4224-16 DU CODE DU TRAVAIL :

« En l'absence d'infirmier ou lorsque leur nombre ne permet pas d'assurer une présence permanente, l'employeur prend avis auprès du médecin du travail, et les mesures nécessaires pour assurer les premiers secours aux accidentés et aux malades. »

ARTICLE R6311-15 DU CODE DE LA SANTÉ PUBLIQUE :

« Toute personne, même non médecin, est habilitée à utiliser un défibrillateur automatisé externe. Décret n° 2007-705 du 4 mai 2007 relatif à l'utilisation des défibrillateurs automatisés externes par des personnes non médecins. »

LOCK FORMATION

SECOURISME

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL (SST) FORMATION INITIALE



PUBLIC

- Pas de prérequis.
- De 4 à 10 personnes.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUE

- Théorique (cours avec supports divers)
- Pratique (démonstration et test)
- Apports théoriques interactifs
- Démonstrations et mises en situation
- Études de cas et analyses d'accidents
- Apprentissage par la pratique et retours d'expérience
- Évaluations continues et certificative
- Remise en fin de formation de l'aide-mémoire "Sauveteur Secouriste du travail (Edition INRS ED 4085)

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS

- 1 formateur SST certifié. Titulaire du certificat "Formateur SST" ou "Formateur de formateur SST" valide.
- Prévoir un MAC tous les 24 mois
- Fiche d'émargement

DURÉE ET LIEU

- 14h (2 jours)
- Au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL

- Supports visuels divers, documentation
- Plan d'intervention et pictogrammes
- Plan d'actions prévention et pictogrammes
- Un défibrillateur automatisé externe de formation avec accessoires
- Un lot de mannequins avec peaux de visage individuelles (ou dispositif de protection individuelle) :
  - Mannequin RCP adulte, enfant et nourrisson
- Divers matériels pour la réalisation des simulations
- Matériel d'entretien des mannequins et consommables

CERTIFICATION

- Évaluation continue pendant la formation
- 2 épreuves certificatives (avec utilisation de la grille de certification) pour délivrance d'une carte de Sauveteur Secouriste (validité 24 mois, à renouveler avec formation MAC)
- Délivrance d'une attestation de formation

LÉGISLATION

R4224-15, R4224-16, R4141-17, R4141-18, R4141-15, L4121-1, L4121-2, L4121-3, L4121-5, R4141-3 et R4141-13 du code du travail.

OBJECTIFS

Les stagiaires seront, à l'issue de la formation, des acteurs de la prévention mais aussi capable de réagir face à une victime.

Les Sauveteurs Secouristes du Travail seront capables de :

- Porter secours en cas d'accident.
- Participer à la prévention des risques professionnels.



PROGRAMME (THÉORIQUE ET PRATIQUE)

Domaine de compétences	Théorique Pratique	Compétences visées	Compétences détaillées
1/ Intervenir face à une situation d'accident du travail	Théorique	C1 : Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise	1.1. Identifier le cadre juridique du rôle du SST 1.2. Délimiter son champ d'intervention en matière de secours
	Théorique et pratique	C2 : Protéger de façon adaptée	2.1. Mettre en oeuvre les mesures de protection décrites dans le processus d'alerte aux populations 2.2. Identifier les dangers persistants et repérer les personnes qui pourraient y être exposées 2.3. Supprimer ou isoler le danger persistant, ou soustraire la victime au danger persistant sans s'exposer soi-même
		C3 : Examiner la victime	3.1. Rechercher, suivant un ordre déterminé, la présence d'un (ou plusieurs) des signes indiquant que la vie de la victime est immédiatement menacée 3.2. Reconnaître les autres signes affectant la victime 3.3. Prioriser les actions à réaliser en fonction des signes décelés et du résultat à atteindre
	Théorique	C4 : Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime	4.1. Définir les différents éléments du message d'alerte 4.2. Identifier qui alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise 4.3. Faire alerter par la personne la plus apte ou alerter soi-même
	Théorique et pratique	C5 : Secourir la victime de manière appropriée	5.1. Choisir à l'issue de l'examen l'action ou les actions à effectuer 5.2. Réaliser l'action ou les actions choisie(s) en respectant la conduite à tenir indiquée dans le guide des données techniques 5.3. Surveiller, jusqu'à la prise en charge de la victime par les secours spécialisés, l'amélioration ou l'aggravation de son état et adapter sa conduite si besoin
2/ Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise	Théorique	C6 : Situer le rôle du SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise	6.1. S'approprier les enjeux de la prévention pour en situer l'importance dans son entreprise 6.2. Se positionner comme un des acteurs de la prévention dans son entreprise
		C7 : Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail	7.1. Repérer des dangers et informer les personnes qui pourraient y être exposées 7.2. Déterminer des risques et leurs dommages potentiels
		C8 : Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention	8.1. Supprimer ou à défaut réduire les risques sur lesquels il est possible d'agir directement 8.2. Transmettre aux personnes en charge de la prévention les éléments liés à toute situation dangereuse repérée 8.3. Proposer, si possible, des pistes d'amélioration

LOCK FORMATION

SECOURISME

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL (SST)

MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES (MAC)



PUBLIC

- Prérequis : Être titulaire du certificat de Sauveteur Secouriste du Travail délivré par une entité habilitée
- De 4 à 10 personnes.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. Si tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUE

- Théorique (cours avec supports divers)
- Pratique (démonstration et test)
- Apports théoriques interactifs
- Démonstrations et mises en situation
- Études de cas et analyses d'accidents
- Apprentissage par la pratique et retours d'expérience
- Évaluations continues et certificative
- Remise en fin de formation de l'aide-mémoire "Sauveteur Secouriste du travail (Edition INRS ED 4085)

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS

- 1 formateur SST certifié Titulaire du certificat "Formateur SST" ou "Formateur de formateur SST" valide.
- Prévoir un MAC tous les 24 mois
- Fiche d'émargement

DURÉE ET LIEU

- 7 heures
- Au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL

- Supports visuels divers, documentation
- Plan d'intervention et pictogrammes
- Plan d'actions prévention et pictogrammes
- Un défibrillateur automatisé externe de formation avec accessoires
- Un lot de mannequins avec peaux de visage individuelles (ou dispositif de protection individuelle) :
  - Mannequin RCP adulte, enfant et nourrisson
- Divers matériels pour la réalisation des simulations
- Matériel d'entretien des mannequins et consommables

CERTIFICATION

- Évaluation continue pendant la formation
- 2 épreuves certificatives (avec utilisation de la grille de certification) pour délivrance d'une carte de Sauveteur Secouriste (validité 24 mois, à renouveler avec formation MAC)
- Délivrance d'une attestation de formation

LÉGISLATION

R4224-15, R4224-16, R4141-17, R4141-18, R4141-15, L4121-1, L4121-2, L4121-3, L4121-5, R4141-3 et R4141-13 du code du travail.

OBJECTIFS

Intervenir efficacement face à une situation d'accident, dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention.
Mettre en application ses compétences au profit de la santé et de la sécurité au travail

Les stagiaires seront, à l'issue de la formation, des acteurs de la prévention mais aussi capable de réagir face à une victime.

Les Sauveteurs Secouristes du Travail seront capables de :

- Porter secours en cas d'accident.
- Participer à la prévention des risques professionnels.



CONTENU (THÉORIQUE ET PRATIQUE)

Domaine de compétences	Théorique Pratique	Compétences visées	Compétences détaillées
Échange			Rappels et retours d'expérience des stagiaires
1/ Intervenir face à une situation d'accident du travail	Théorique	C1 : Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise	1.1. Identifier le cadre juridique du rôle du SST 1.2. Délimiter son champ d'intervention en matière de secours
	Théorique et pratique	C2 : Protéger de façon adaptée	2.1. Mettre en oeuvre les mesures de protection décrites dans le processus d'alerte aux populations 2.2. Identifier les dangers persistants et repérer les personnes qui pourraient y être exposées 2.3. Supprimer ou isoler le danger persistant, ou soustraire la victime au danger persistant sans s'exposer soi-même
		C3 : Examiner la victime	3.1. Rechercher, suivant un ordre déterminé, la présence d'un (ou plusieurs) des signes indiquant que la vie de la victime est immédiatement menacée 3.2. Reconnaître les autres signes affectant la victime 3.3. Prioriser les actions à réaliser en fonction des signes décelés et du résultat à atteindre
	Théorique	C4 : Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime	4.1. Définir les différents éléments du message d'alerte 4.2. Identifier qui alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise 4.3. Faire alerter par la personne la plus apte ou alerter soi-même
	Théorique et pratique	C5 : Secourir la victime de manière appropriée	5.1. Choisir à l'issue de l'examen l'action ou les actions à effectuer 5.2. Réaliser l'action ou les actions choisie(s) en respectant la conduite à tenir indiquée dans le guide des données techniques 5.3. Surveiller, jusqu'à la prise en charge de la victime par les secours spécialisés, l'amélioration ou l'aggravation de son état et adapter sa conduite si besoin
2/ Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise	Théorique	C6 : Situer le rôle du SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise	6.1. S'approprier les enjeux de la prévention pour en situer l'importance dans son entreprise 6.2. Se positionner comme un des acteurs de la prévention dans son entreprise
		C7 : Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail	7.1. Repérer des dangers et informer les personnes qui pourraient y être exposées 7.2. Déterminer des risques et leurs dommages potentiels
		C8 : Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention	8.1. Supprimer ou à défaut réduire les risques sur lesquels il est possible d'agir directement 8.2. Transmettre aux personnes en charge de la prévention les éléments liés à toute situation dangereuse repérée 8.3. Proposer, si possible, des pistes d'amélioration

LOCK FORMATION

SECOURISME

INITIATION AUX PREMIERS SECOURS



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- Jusqu'à 10 personnes (à partir de 10 ans).
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 3 heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Mannequins adulte/enfant/nourrisson
- Défibrillateurs automatisées externes de formation, pansements compressifs, et liens pour garrot
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Formateurs aux premiers secours (PAE FPS), en prévention et secours civiques (PAE FPSC) à jour de leur formation continue et des formateurs SST à jour de leur maintien des acquis et actualisation des compétences
- Pas de recyclage

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- La présence et la participation active de chacun constituent les seuls critères d'évaluation.
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.

OBJECTIFS

- Acquérir les compétences essentielles pour **réagir rapidement et efficacement en cas d'urgence**.
- Apprendre les gestes de premiers secours pour protéger et assister les victimes avant l'arrivée des secours.
- Contribuer à la sécurité collective en développant une culture de prévention et d'entraide.

PRÉSENTATION GLOBALE

La formation à l'initiation aux gestes qui sauvent permet de réagir efficacement en cas d'urgence, augmentant ainsi les chances de sauver des vies.

Une formation que tout le monde devrait suivre !



CONTENU DE LA FORMATION (THÉORIQUE ET PRATIQUE)

Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Initiation aux premiers secours		
1 : Assurer la protection de la victime	Évoquer une situation où le danger peut-être supprimé et questionner les participants : Quel est le risque ? Qui est menacé ? Qui protéger en 1er ? Comment cesser le danger ?	Exposé participatif avec des photos de situations
2 : Réaliser un dégagement d'urgence	Dégager la victime Montrer les techniques de dégagement d'urgence (par les poignets, chevilles)	Démonstratif, commenté et justifié. Tapis de sol
3 : Arrêter ou limiter la perte de sang pour éviter l'installation d'une détresse	La réalisation des gestes de secours prime sur l'alerte. Montrer et expliquer les gestes : Comprimer la plaie qui saigne pour arrêter l'hémorragie, puis allonger la victime en position horizontale. Donner l'alerte, ou faire donner l'alerte. Parler régulièrement à la victime en attendant les secours. Protéger la victime du froid/des intempéries et surveiller.	Exposé démonstratif, commenté et justifié. Pansement compressif, garrot tourniqué ou improvisé. Tapis de sol, maquillage ou kit fausse plaie
4 : Mettre les victimes dans une position d'attente pour la maintenir en vie en attendant la prise en charge des secours	Présenter les situations dans lesquelles les positions d'attentes sont nécessaires : Quoi ? Comment ? Pourquoi ? • Plaie au thorax : Assis, demi-assis • Plaie à l'abdomen : Position allongée, jambes levées • Malaise : Position à plat dos ou dans la position où la victime se sent le mieux • Ne répond pas, mais respire : mise sur le côté en PLS (préciser que PLS vue après) • Protéger et surveiller la victime	Exposé participatif. Démonstration commentée et justifiée en miroir. Tapis de sol.
5 : Réaliser la mise en Position Latérale de Sécurité (PLS) d'une victime	Toute victime qui ne répond pas, ne réagit pas et qui respire nécessite une action de secours immédiate, rapide et efficace afin d'éviter le risque d'étouffement et éviter l'installation d'une détresse qui peut entraîner le décès de la victime. Indiquer le résultat de l'action de secours : permettre à la victime de continuer à respirer normalement. Montrer et expliquer les gestes de secours à réaliser : • Apprécier l'état de conscience de la victime • Apprécier la respiration de la victime • Mettre la victime en PLS • Protéger et surveiller la victime Insister sur : • Le **contrôle de la présence de la respiration, indispensable** avant mise sur le côté, • Les objectifs de la mise en PLS plus que la technique proprement dite (points clefs)	Exposé directif. Démonstration commentée et justifiée en miroir. Tapis de sol. Maquette de coupe de tête ou illustration pour expliquer l'effet sur les voies aériennes.
6 : Réaliser une réanimation cardio pulmonaire et utiliser un défibrillateur	Avant la démonstration, description du DAE (Défibrillateur Automatisé Externe) : Le DAE détecte les anomalies cardiaques et délivre un choc électrique pour rétablir une activité cardiaque normale. Il guide le sauveteur par des messages sonores. Le bouton vert **allume l'appareil**, et le bouton rouge **délivre le choc** (si le DAE est semi-automatique; ce bouton est absent sur les modèles automatiques). Le DAE est accompagné d'électrodes autocollantes, parfois à connecter, et d'accessoires comme des ciseaux, des compresses et un rasoir. Démonstration : Utilisez le DAE pour effectuer une défibrillation. Assurez-vous que tous les participants pratiquent les compressions thoraciques et utilisent le DAE.	Exposé directif. Démonstration commentée et justifiée en miroir. Atelier apprentissage du geste. Tapis de sol. Mannequin, défibrillateur de formation
Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

SECOURISME

MANIPULATION DÉFIBRILLATEURS



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- Jusqu'à 12 personnes.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 2 heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Mannequins adulte/enfant/nourrisson
- Défibrillateurs automatisées externes de formation
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Formateurs aux premiers secours (PAE FPS), en prévention et secours civiques (PAE FPSC) à jour de leur formation continue et des formateurs SST à jour de leur maintien des acquis et actualisation des compétences
- Pas de recyclage

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Évaluation continue pendant la formation
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.

OBJECTIFS

- Acquérir les compétences nécessaires pour effectuer les gestes de réanimation cardio pulmonaire
- Savoir utiliser correctement un défibrillateur
- Être en mesure d'alerter efficacement les secours en cas d'urgence médicale

PRÉSENTATION GLOBALE

Former vos collaborateurs à la manipulation des défibrillateurs peut sauver des vies en cas d'urgence cardiaque, augmentant ainsi la sécurité et la préparation de votre entreprise.

Une formation qui peut s'avérer utile à n'importe quel moment de votre vie !

CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	1 : Comprendre la nature et le fonctionnement des différents défibrillateurs	Explications sur les différents types que l'on peut retrouver en entreprise, centres commerciaux etc...	PowerPoint, photos, vidéos Exposé participatif
		Le matériel que l'on retrouve avec le défibrillateur	
	2 : Savoir utiliser un défibrillateur	Apprendre les différentes restrictions du défibrillateur en fonction de l'âge de la victime, des pacemakers.	Tapis de sol, mannequin adulte, enfant, nourrisson, défibrillateur Exposé participatif
		Sensibiliser sur le fait de faire attention lors de la pose à ne pas être sur une plaque métallique, dans l'eau etc	
Théorique et pratique	3 : Réaliser une réanimation cardio pulmonaire et utiliser un défibrillateur	Avant la démonstration, description du DAE (Défibrillateur Automatisé Externe) : Le DAE détecte les anomalies cardiaques et délivre un choc électrique pour rétablir une activité cardiaque normale. Il guide le sauveteur par des messages sonores. Le bouton vert **allume l'appareil**. et le bouton rouge **délivre le choc** (si le DAE est semi-automatique; ce bouton est absent sur les modèles automatiques). Le DAE est accompagné d'électrodes autocollantes, parfois à connecter, et d'accessoires comme des ciseaux, des compresses et un rasoir. Démonstration : Utilisez le DAE pour effectuer une défibrillation. Assurez-vous que tous les participants pratiquent les compressions thoraciques et utilisent le DAE.	Tapis de sol, mannequin adulte, enfant, nourrisson, défibrillateur Exposé directif, démonstration commentée justifiée en miroir. Atelier d'apprentissage du geste Pratique
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

SECOURISME

PRÉVENTION AUX RISQUES ROUTIERS ET INITIATION AUX PREMIERS SECOURS



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- De 4 à 12 personnes.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 7 heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Lunettes simulant grosse fatigue, alcool.
- Mannequins adulte/enfant/nourrisson
- Défibrillateurs automatisées externes de formation, pansements compressifs, et liens pour garrot
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Formateurs aux premiers secours (PAE FPS), en prévention et secours civiques (PAE FPSC) à jour de leur formation continue et des formateurs SST à jour de leur maintien des acquis et actualisation des compétences
- Pas de recyclage

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- La présence et la participation active de chacun constituent les seuls critères d'évaluation.
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.

OBJECTIFS

- Apprendre à adopter une **conduite préventive et responsable.**
- Apprendre les **gestes de premiers secours pour protéger et assister les victimes avant l'arrivée des secours**.

PRÉSENTATION GLOBALE

La formation vise à sensibiliser aux différents facteurs de danger au volant et à promouvoir une conduite sécuritaire et préventive.

Elle permet également de connaître les procédures immédiates à suivre en cas d'incident sur la route, pour savoir réagir et acquérir les réflexes essentiels pour la prise en charge des victimes.



CONTENU DE LA FORMATION (THÉORIQUE ET PRATIQUE)

Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
1 : La prévention et la conduite responsable.	Contexte de la sécurité routière : Présentation de la sécurité routière en France : chiffres et données d'accidentologie	Exposé participatif avec des photos de situations
	Facteurs de risque : Sensibilisation aux facteurs de danger qui augmentent les risques routiers, tels que la fatigue, le stress, les conditions météorologiques et l'alcool	Démonstratif, commenté et justifié. Puis sensibilisation avec utilisation des différentes lunettes pour se rendre compte de l'incidence de différents facteurs comme la fatigue, l'alcool.
	Atelier de sensibilisation : Atelier pratique utilisant le port de lunettes de simulation afin d'expérimenter les effets liés à l'alcool et à la fatigue intense	
	Objectif de conduite : Permettre aux salariés d'adopter une conduite préventive et responsable, garantissant leur propre sécurité et celle des autres usagers.	Exposé démonstratif, commenté et justifié. Echange actif.
2 : Gestion de l'accident de la route et organisation des secours.	Sécurisation du lieu de l'accident : Appréhender les premiers gestes permettant de sécuriser les lieux et les personnes. Maîtriser la sécurisation d'un accident de la route	Exposé participatif. Démonstration commentée et justifiée en miroir.
	Diagnostic rapide : Établir un diagnostic rapide en fonction de l'environnement immédiat	Exposé directif. Démonstration commentée et justifiée en miroir.
	Alerter : Présenter le principe de la chaine de secours en France et du rôle du citoyen sauveteur premier maillon de cette chaine. Faire ressortir les éléments suivants : • Quand ? : A l'occasion de toute situation présentant des risques ou lorsqu'une vie est en danger. Dès que possible, après une évaluation rapide et succincte de la situation, des risques et de la victime. • Par quels moyens ? : L'alerte des secours peut être réalisée à l'aide : d'un téléphone portable ou fixe ou d'une borne d'appel • Qui appeler ? Le 15, 18, 112, 114 • Que dire ? L'appelant doit pouvoir décrire la situation et, au minimum, donner les indications suivantes : Numéro d'appel, nature du problème et adresse.	Exposé, simulation d'appel des secours avec faux téléphones. Demander aux participants s'ils ont déjà alerté les secours.
	Cadre légal et moral : Retour sur le principe de non-assistance à personne en danger dans le cadre d'un accident	Exposé directif.
Pause méridienne		



CONTENU DE LA FORMATION (THÉORIQUE ET PRATIQUE)

Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Initiation aux premiers secours (non spécifique aux accidents de la route)		
3 : Assurer la protection de la victime	Évoquer une situation où le danger peut-être supprimé et questionner les participants : Quel est le risque ? Qui est menacé ? Qui protéger en 1er ? Comment cesser le danger ?	Exposé participatif avec des photos de situations
4 : Réaliser un dégagement d'urgence	Dégager la victime Montrer les techniques de dégagement d'urgence (par les poignets, chevilles)	Démonstratif, commenté et justifié. Tapis de sol
5 : Arrêter ou limiter la perte de sang pour éviter l'installation d'une détresse	La réalisation des gestes de secours prime sur l'alerte. Montrer et expliquer les gestes : Comprimer la plaie qui saigne pour arrêter l'hémorragie, puis allonger la victime en position horizontale. Donner l'alerte, ou faire donner l'alerte. Parler régulièrement à la victime en attendant les secours. Protéger la victime du froid/des intempéries et surveiller.	Exposé démonstratif, commenté et justifié. Pansement compressif, garrot tourniqué ou improvisé. Tapis de sol, maquillage ou kit fausse plaie
6 : Mettre les victimes dans une position d'attente pour la maintenir en vie en attendant la prise en charge des secours	Présenter les situations dans lesquelles les positions d'attentes sont nécessaires : Quoi ? Comment ? Pourquoi ? • Plaie au thorax : Assis, demi-assis • Plaie à l'abdomen : Position allongée, jambes levées • Malaise : Position à plat dos ou dans la position où la victime se sent le mieux • Ne répond pas, mais respire : mise sur le côté en PLS (préciser que PLS vue après) • Protéger et surveiller la victime	Exposé participatif. Démonstration commentée et justifiée en miroir. Tapis de sol.
7 : Réaliser la mise en Position Latérale de Sécurité (PLS) d'une victime	Toute victime qui ne répond pas, ne réagit pas et qui respire nécessite une action de secours immédiate, rapide et efficace afin d'éviter le risque d'étouffement et éviter l'installation d'une détresse qui peut entraîner le décès de la victime. Indiquer le résultat de l'action de secours : permettre à la victime de continuer à respirer normalement. Montrer et expliquer les gestes de secours à réaliser : • Apprécier l'état de conscience de la victime • Apprécier la respiration de la victime • Mettre la victime en PLS • Protéger et surveiller la victime Insister sur : • Le **contrôle de la présence de la respiration, indispensable** avant mise sur le côté, • Les objectifs de la mise en PLS plus que la technique proprement dite (points clefs)	Exposé directif. Démonstration commentée et justifiée en miroir. Tapis de sol. Maquette de coupe de tête ou illustration pour expliquer l'effet sur les voies aériennes.
8 : Réaliser une réanimation cardio pulmonaire et utiliser un défibrillateur	Avant la démonstration, description du DAE (Défibrillateur Automatisé Externe) : Le DAE détecte les anomalies cardiaques et délivre un choc électrique pour rétablir une activité cardiaque normale. Il guide le sauveteur par des messages sonores. Le bouton vert **allume l'appareil**, et le bouton rouge **délivre le choc** (si le DAE est semi-automatique; ce bouton est absent sur les modèles automatiques). Le DAE est accompagné d'électrodes autocollantes, parfois à connecter, et d'accessoires comme des ciseaux, des compresses et un rasoir. Démonstration : Utilisez le DAE pour effectuer une défibrillation. Assurez-vous que tous les participants pratiquent les compressions thoraciques et utilisent le DAE.	Exposé directif. Démonstration commentée et justifiée en miroir. Atelier apprentissage du geste. Tapis de sol. Mannequin, défibrillateur de formation
Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

SECOURISME

GESTES ET POSTURES - 3H



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- Jusqu'à 10 personnes.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 3 heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Modèles anatomiques
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Formateurs gestes et postures, formateur PRAP
- Pas de recyclage

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.
- La présence et la participation active de chacun constituent les seuls critères d'évaluation.

OBJECTIFS

- Situer l'importance des risques d'accidents et maladies professionnelles liés à la manipulation aux gestes répétitif.
- Acquérir les gestes et positions efficaces pour préserver.
- Identifier et caractériser les risques physiques utilisant les connaissances physiologiques anatomiques de l'être humain.

PRÉSENTATION GLOBALE

Former vos salariés aux gestes et postures réduit les risques de blessures, améliore le bien-être au travail et augmente la productivité.

La version longue, permet d'acquérir une expérience pratique avec mise en situation sur un poste de travail, des exercices d'échauffements, d'étirements, et une analyse approfondie, assurant ainsi une meilleure intégration des compétences et une prévention plus efficace des risques.

CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes et moyens pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	1 : La prévention	Les AT, MP, PGP, cadre réglementaire, TMS, statistiques, coûts, ... Les enjeux de la prévention Articles 4122	Participative, brainstorming, démonstrative, PowerPoint, vidéos, statistiques Jeu des 9 PGP Exemples (le plombier chez les particuliers)
	2 : L'anatomie	• Le squelette et la colonne vertébrale • Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs • L'articulation	Participative, brainstorming, démonstrative, PowerPoint, vidéos Modèle anatomique
Théorique et pratique	3 : La physiopathologie	• Les TMS des membres supérieurs et inférieurs • Les atteintes au niveau du dos et la fatigue visuelle • Les différents facteurs de risques : biomécaniques, psychosociaux, environnementaux • Les sollicitations de l'appareil locomoteur • Muscles, tendons et les os et leurs utilités et différences	Participative, brainstorming, active, expositive, statistiques, vidéo, PowerPoint Mise en situation avec le balai et le seau que l'on déplace sur le balai
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

SECOURISME

GESTES ET POSTURES - 7H



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- Jusqu'à 10 personnes.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- **7** heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Modèles anatomiques
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Formateurs gestes et postures, formateur PRAP
- Pas de recyclage

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.
- La présence et la participation active de chacun constituent les seuls critères d'évaluation.

OBJECTIFS

- Situer l'importance des risques d'accidents et maladies professionnelles liés à la manipulation aux gestes répétitif.
- Acquérir les gestes et positions efficaces pour préserver.
- Identifier et caractériser les risques physiques utilisant les connaissances physiologiques anatomiques de l'être humain.

PRÉSENTATION GLOBALE

Former vos collaborateurs aux gestes et postures réduit les risques de blessures, améliore le bien-être au travail et augmente la productivité.

La version longue, permet d'acquérir une expérience pratique avec mise en situation sur un poste de travail, des exercices d'échauffements, d'étirements, et une analyse approfondie, assurant ainsi une meilleure intégration des compétences et une prévention plus efficace des risques.

CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes et moyens pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	1 : La prévention	Les AT, MP, PGP, cadre réglementaire, TMS, statistiques, coûts, ... Les enjeux de la prévention Articles 4122	Participative, brainstorming, démonstrative, PowerPoint, vidéos, statistiques Jeu des 9 PGP Exemples (le plombier chez les particuliers)
	2 : L'anatomie	• Le squelette et la colonne vertébrale • Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs • L'articulation	Participative, brainstorming, démonstrative, PowerPoint, vidéos Modèle anatomique
Théorique et pratique	3 : La physiopathologie	• Les TMS des membres supérieurs et inférieurs • Les atteintes au niveau du dos et la fatigue visuelle • Les différents facteurs de risques : biomécaniques, psychosociaux, environnementaux • Les sollicitations de l'appareil locomoteur • Muscles, tendons et les os et leurs utilités et différences	Participative, brainstorming, active, expositive, statistiques, vidéo, PowerPoint Mise en situation avec le balai et le seau que l'on déplace sur le balai
	Analyse	Analyse des postes de travail, des postures du stagiaire et évaluation des risques	Participative, démonstrative. Étude de cas à partir d'un poste de travail
	Exercices	Exercices d'échauffement, étirement musculaire et contre la sédentarité	Participatif, pratique
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

INCENDIE

LES FORMATIONS EN INCENDIE



Obligations code du travail liées à la formation à la sécurité incendie.

Tout en tenant compte de la réglementation et des obligations de l'employeur, l'objectifs de ces formations de différents niveaux sont de prendre conscience des dangers du feu, pour permettre d'acquérir les compétences et réflexes utiles dans l'utilisation des matériels d'extinction d'incendie, existants dans l'entreprise et dans l'impossibilité évacuer et protéger les occupants et les personnels.

L'obligation de former ses salariés à la sécurité incendie relève des articles suivants :

R4227-28 DU CODE DU TRAVAIL :

« L'employeur prend les mesures nécessaires pour que tout commencement d'incendie puisse être rapidement et efficacement combattu dans l'intérêt du sauvetage des travailleurs. »

R4227-39 DU CODE DU TRAVAIL :

« Le devoir, pour toute personne apercevant un début d'incendie, de donner l'alarme et de mettre en œuvre les moyens de premiers secours, sans attendre l'arrivée des travailleurs spécialement désignés. » • « la consigne de sécurité incendie prévoit des essais et visites périodiques du matériel et des exercices au cours desquels les travailleurs apprennent à reconnaître les caractéristiques du signal sonore d'alarme générale, à se servir des moyens de premier secours et à exécuter les diverses manœuvres nécessaires. »

LOCK FORMATION

INCENDIE

MANIPULATION EXTINCTEURS



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- De 4 à 10 personnes.
- Toute personne qui puisse être face à un risque d'incendie.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 2 heures - au sein de l'organisation

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Bac à feu "écologique"
- Bouteille de gaz
- Extincteurs
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Tarif sur devis
- 1 formateur incendie.
- Recyclage tous les 12 mois.

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Évaluation continue pendant la formation
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.

OBJECTIFS

- **Maîtriser l'utilisation des extincteurs pour intervenir en cas d'incendie.**

PRÉSENTATION GLOBALE

Formez-vos équipes à la manipulation des extincteurs !

Donnez-leur les compétences essentielles pour agir rapidement et efficacement en cas d'incendie, assurant ainsi la protection de vos locaux, vos biens et le bien-être de tous.

PROGRAMME ET CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	C1 : Connaître les bases d'un incendie	Les causes d'un incendie	Exposé interactif + vidéo
		Le triangle du feu	Brainstorming,Power point
		Les classes de feu	Brainstorming,Power point
	C2 : Connaître le danger des fumées	Les modes de propagations	Vidéo
	C3 : Connaître les modes et procédés d'extinction	Les classes de feu et les différents agents extincteur	Brainstorming,Power point
Pratique	C4 : Savoir manipuler les extincteurs (Eau – CO2)	Manipulation des différents extincteurs	Pratique
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

INCENDIE

ÉQUIPIER DE PREMIÈRE INTERVENTION (EPI)



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- De 4 à 10 personnes.
- Toute personne qui puisse être face à un risque d'incendie.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 3 heures 30 - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Bac à feu "écologique" - Bouteille de gaz
- Extincteurs - Simulateur de fumée
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- Tarif : nous contacter
- 1 formateur incendie.
- Recyclage tous les 12 mois.

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Évaluation continue pendant la formation et QCM
- Attestation de réussite d'équipier d'intervention.

OBJECTIF PRINCIPAL

- **Savoir intervenir dans un contexte d'apparition d'un incendie et dans l'organisation d'une évacuation.**

PRÉSENTATION GLOBALE

Former vos salariés à la manipulation des extincteurs et à l'évacuation est essentiel pour garantir la sécurité de votre entreprise.

En leur donnant les compétences nécessaires pour réagir efficacement en cas d'incendie, vous protégez vos biens et assurez le bien-être de vos employés, tout en renforçant la confiance et l'engagement au sein de votre équipe.

PROGRAMME ET CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	C1 : Connaître les bases d'un incendie	Les causes d'un incendie	Exposé interactif + vidéo
		Le triangle du feu	Brainstorming, power point
		Les classes de feu	Brainstorming, power point
	C2 : Connaître le danger des fumées	Les modes de propagations	Vidéo
	C3 : Connaître les modes et procédés d'extinction	Les classes de feu et les différents agents extincteur	Brainstorming, power point
	C4 : Connaître les principes d'évacuation avec les guides files et serres files	Les principes de l'évacuation	Brainstorming, vidéo
		Le rôle des guides files et serres files	Power point, brainstorming
Pratique	C5 : Savoir manipuler les extincteurs (Eau – CO2)	Manipulation des différents extincteurs	Pratique
	C6 : Exercice d'évacuation	Exercice d'évacuation + débriefing	Pratique machine à fumée
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Questionnaire - Tour de table - Questions diverses

LOCK FORMATION

INCENDIE

CHARGÉ(E) D'ÉVACUATION GUIDE FILE / SERRE FILE



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- Jusqu'à 10 personnes.
- Toute personne qui puisse être face à un risque d'incendie.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 2 heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Générateur de fumée
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- 1 formateur ayant une activité de sapeur-pompier ou occupant une fonction de SSIAP
- Recyclage tous les 12 mois.

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.
- La présence et la participation active de chacun constituent les seuls critères d'évaluation.

OBJECTIFS

- **Savoir organiser et gérer une évacuation rapide face à un début d'incendie.**
- Connaître le signal d'alarme, les cheminements, les points de rassemblements et la conduite à tenir lors de l'évacuation.

PRÉSENTATION GLOBALE

Offrez à vos salariés les compétences essentielles pour diriger et sécuriser les évacuations en cas d'urgence.
Notre formation guide-file serre-File prépare vos équipes à réagir rapidement, à minimiser les risques et à assurer une évacuation organisée et sans panique. Renforcez la sécurité de votre entreprise et protégez vos employés en leur donnant les outils pour gérer en situation de crise.

CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	C1 : Être capable de connaître différents dangers liés à un incendie et les règles à adopter en cas d'évacuation	• Sensibilisation au risque incendie • Les dangers des fumées et des gaz chauds • Les consignes de sécurité (en cas d'incendie) • Les différents numéros d'urgences et le message d'alerte • L'organisation des secours internes et externes • Le rôle du personnel chargé de l'évacuation dans les missions de reconnaissance, d'évacuation et d'intervention • Techniques d'évacuation générales et spécifiques à l'établissement • Les actions de prévention et de prévision pour parfaire la sécurité • Signalisations et balisages et le(s) point(s) de rassemblement • Sensibilisation du personnel sur la nécessite de participer activement aux exercices d'évacuation	Exposé interactif
	C2 : Être capable de connaître les différents emplacements de moyens de secours de son organisation	• Reconnaissance des moyens de secours • Reconnaissance des itinéraires d'évacuation • Reconnaissance du/des point(s) de rassemblement • Repérage d'éventuelles anomalies liées à la sécurité incendie	Exposé interactif Visite du site
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

INCENDIE

ÉVACUATION



PUBLIC
- Pas de prérequis.
- Jusqu'à 10 personnes.
- Toute personne qui puisse être face à un risque d'incendie.
- Accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap. SI tel est le cas, le formateur est prévenu en amont afin de pouvoir adapter la formation.

DURÉE ET LIEU
- 3 heures - au sein de l'organisation indiquée

MATÉRIEL
- Salle de cours avec écran de projection, chaises, tables, tableau blanc et jeu de feutres.
- Générateur de fumée
- Supports visuels divers, documentation

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- 1 formateur incendie.
- Recyclage tous les 12 mois.

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.
- La présence et la participation active de chacun constituent les seuls critères d'évaluation.

OBJECTIFS

- **Savoir intervenir dans un contexte d'apparition d'un incendie.**
- Identifier les voies de secours et les points de rassemblement.

PRÉSENTATION GLOBALE

Formez-vos équipes aux bonnes pratiques pour évacuer en toute sécurité !

Donnez-leur les compétences essentielles pour agir rapidement et efficacement en cas d'incendie, en étant sûr de n'oublier personne pendant l'évacuation.

CONTENU DE LA FORMATION

Domaine de compétence	Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques
Moment d'échange	Accueil	Présentation de la formation, du formateur et des stagiaires	Tour de table
Théorique	C1 : Être capable d'appréhender la réglementation en terme d'évacuation	• Cadre réglementaire et dispositions générales. • Règlement entreprise. • Établir une stratégie d'évacuation	Exposé interactif
Théorique	C2 : Être capable de connaître les différentes stratégies d'évacuation	• Rôle des guide file et serre file • Les moyens et les aides à l'évacuation • Les consignes particulières	Exposé interactif
Théorique et pratique	C3 : Être capable d'évacuer en toute sécurité et en prenant en compte les consigne du site	• Les étapes d'une évacuation • Les conduites et les comportements à avoir	Exposé interactif et visite du site
Pratique	Exercice d'évacuation	Pratique	Exercices et débriefing Générateur de fumée
Moment d'échange	Fin de formation et administratif	Répondre aux différentes questions et s'assurer de la compréhension	Tour de table

LOCK FORMATION

INCENDIE

EXERCICE D'ÉVACUATION



PUBLIC
- Toutes les personnes présentes sur le site au moment de l'exercice. Pas de prérequis.
- Débriefing détaillé : personnes désignées dans la consigne incendie et direction.
- Accessible aux personnes en situation de handicap. Besoin d'aménagement à signaler à l'inscription : le référent handicap l'étudie avec l'entreprise.

DURÉE ET LIEU
- **1** heure, dont 20 minutes d'exercice et 25 minutes de débriefing.
- Dans vos locaux, avec votre alarme et vos itinéraires.
- Rendez-vous préparatoire de 30 min à distance.

MATÉRIEL
- Générateur de fumée froide de simulation.
- Chronomètre et grilles d'observation.
- Chasubles guide-file et serre-file.
- Mémo « Les bons réflexes en cas d'évacuation ».

MODALITÉS ET PRÉCONISATIONS
- **1** formateur spécialisé en prévention incendie et évacuation.
- Plus de 50 personnes ou plusieurs niveaux : second formateur ou observateurs, au devis.
- Côté entreprise : consigne incendie, plan d'évacuation et alarme en état de marche.
- Exercice à renouveler au moins tous les 6 mois (Code du travail, art. R4227-39).

SUIVI ET ÉVALUATION
- Signature de fiche d'émargement.
- Observation sur grille pendant l'exercice.
- Quiz de fin d'exercice (5 questions à main levée).
- Délivrance d'une attestation de fin de formation.
- Satisfaction à chaud, puis à froid à 3 mois.

OBJECTIFS

- Reconnaître le signal d'alarme générale, mettre son poste en sécurité et **quitter les lieux sans attendre**.
- Rejoindre le point de rassemblement par l'itinéraire prévu, sans ascenseur ni retour en arrière.
- Tenir son rôle de guide-file, serre-file ou chargé d'évacuation.
- Recenser les présents, rendre compte et transmettre un message d'alerte complet aux secours.
- Tenir compte d'une personne en situation de handicap ou d'un visiteur pendant l'évacuation.

PRÉSENTATION GLOBALE

Le Code du travail impose un exercice d'évacuation au moins tous les six mois. Nous le préparons avec vous, l'animons dans vos locaux avec votre propre alarme, puis analysons avec vos équipes ce qui a fonctionné et ce qui doit être corrigé.

L'employeur reçoit un compte rendu écrit qui lui sert à renseigner son registre de sécurité.



CONTENU DE LA FORMATION (THÉORIQUE ET PRATIQUE)

Thème/Compétences visées	Contenus	Méthodes pédagogiques	Durée
Rendez-vous préparatoire	Configuration des locaux, effectif présent au moment prévu, activité en cours (production, accueil du public). Personnes désignées dans la consigne, personnes qui auront besoin d'aide pour évacuer, visiteurs possibles. Scénario : zone sinistrée, heure, personnel prévenu ou non, itinéraire principal bloqué ou non. Coordination avec la télésurveillance et le mainteneur du système d'alarme : la fumée froide peut déclencher les détecteurs.	Entretien à distance avec le responsable du site. Analyse du besoin.	30 min avant la session
Le jour de l'exercice (1 heure dans vos locaux)			
Accueil et positionnement C1 : Connaître la consigne du site et son rôle	Accueil du responsable du site et des personnes désignées. Vérification rapide des issues, des espaces d'attente sécurisés et du point de rassemblement. Rappel du rôle de chacun. Remise des chasubles. Trois questions orales : signal d'évacuation, point de rassemblement, rôle de chacun. Mise en place du générateur de fumée dans le local choisi. Support : plan d'évacuation du site.	Briefing sur le terrain, questions orales.	10 min
Exercice : alarme et évacuation C2 : Réagir à l'alarme et évacuer C3 : Tenir son rôle de guide-file ou de serre-file	Enfumage du local (fumée froide de simulation). Déclenchement de l'alarme générale. Évacuation de tous les occupants par les itinéraires prévus. Guide-files en tête, serre-files en contrôle des zones et fermeture des portes. Prise en charge de la personne à aider si le scénario le prévoit.	Mise en situation réelle, chronomètre.	10 min
Exercice : recensement et alerte C4 : Recenser, rendre compte et alerter les secours	Recensement au point de rassemblement. Compte rendu des serre-files au chargé d'évacuation, puis au responsable. Message d'alerte simulé, sans appel réel au 18 ou au 112. Réintégration des locaux sur ordre du responsable.	Mise en situation réelle, grille d'observation.	10 min
Débriefing collectif C2 : Réagir à l'alarme et évacuer	Avec tous les participants. Temps d'évacuation relevé. Ce qui a fonctionné, ce qui a manqué. Bons réflexes : fermer les portes, se baisser dans la fumée, pas d'ascenseur, ne pas revenir en arrière. Quiz de 5 questions à main levée, corrigé sur place. Émargement et questionnaire de satisfaction à chaud. Support : mémo « Les bons réflexes ».	Analyse collective, quiz à main levée.	10 min
Débriefing détaillé C3 · C4 · C5 : Tirer les enseignements de l'exercice	Avec les personnes désignées et la direction. Lecture de la grille d'observation rôle par rôle. Les participants proposent eux-mêmes les corrections. Écarts liés au site (porte bloquée, issue encombrée, alarme peu audible dans une zone) notés pour l'employeur, chacun avec une action corrective proposée. Support : grille d'observation, plan annoté.	Retour de la grille d'observation, échange.	15 min
Bilan de l'exercice C5 : Tirer les enseignements de l'exercice	Dernières questions. Rappel à l'employeur : date et observations à porter au registre de sécurité (Code du travail, art. R4227-39). Attestations de fin de formation établies d'après la feuille d'émargement et adressées à l'employeur. Information sur la procédure de réclamation.	Échange avec la direction.	5 min
Fin de l'exercice d'évacuation d'1 heure. Le minutage est indicatif : le formateur adapte l'heure de déclenchement et le scénario à l'activité du site, sans réduire le temps d'exercice ni de débriefing.			

LOCK FORMATION

PROCESSUS

ÉTAPE 1 : ACCUEIL PERSONNALISÉ



UNE ÉCOUTE ATTENTIVE POUR RÉPONDRE À VOS BESOINS

Lorsque vous explorez notre catalogue, nous vous accueillons avec attention et bienveillance. Nous comprenons que chaque client est unique, c'est pourquoi nous prenons le temps de vous écouter et de comprendre vos besoins spécifiques en matière de formation en secourisme et prévention incendie. Notre engagement est de vous offrir une expérience personnalisée et sur mesure, où vous vous sentirez véritablement écouté et pris en charge.



ÉTAPE 2 : SOLUTIONS SUR-MESURE

DES SOLUTIONS ADAPTÉES À VOS BESOINS UNIQUES

Chez Lock Formation, vous trouverez une gamme complète de formations conçues pour répondre à vos besoins uniques en matière de sécurité au travail. Chaque programme est soigneusement élaboré pour offrir des solutions pratiques et efficaces, alignées sur vos objectifs et vos contraintes. Nous mettons en avant des options flexibles et variées, garantissant que vous trouverez la formation parfaitement adaptée à votre situation. Avec nous, vous bénéficierez d'une approche personnalisée et d'un accompagnement tout au long du processus, pour vous aider à faire les meilleurs choix pour votre entreprise ou votre organisation.

ÉTAPE 3 : CONCLUSION ET SUIVI DE LA RELATION CLIENT



UNE RELATION DE CONFIANCE À LONG TERME

Lorsque vous choisissez nos services, vous optez pour bien plus qu'une simple formation. Vous rejoignez une communauté engagée et dévouée à votre succès. Notre engagement envers vous ne s'arrête pas à la conclusion du contrat. Nous restons à vos côtés pour assurer votre satisfaction continue et entretenir une relation de confiance à long terme. Notre équipe est toujours disponible pour répondre à vos questions, résoudre vos problèmes et vous accompagner dans vos projets futurs. Avec nous, vous pouvez avoir l'assurance que votre sécurité et votre réussite sont notre priorité absolue.

LOCK FORMATION

CONTACTEZ-NOUS

07.77.39.06.54

contact@lockformation.fr

www.lockformation.fr

France entière

SAS Lock Formation - 78 Rue du Petit Clos de Gouchot 45140 Ormes
Organisme de formation - SIRET : 985 158 161 000 28 - NAF : 85.59B - N° de TVA : FR22985158161
RCS d'Orléans B 985 158 161 - Capital : 1 000 € - contact@lockformation.fr - www.lockformation.fr
Enregistré sous le numéro 24450435245. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.
IBAN : FR76 1480 6000 2672 0549 4452 808 - BIC : AGRIFRPP848



Mise à jour du catalogue V3-oct2026