



11-05-2018

## Se former aux gestes qui sauvent

Savoir comment réagir en cas d'accident et connaître les bons gestes peut éviter de graves blessures, voire même sauver une vie. Focus sur les formations qui te préparent à devenir le premier maillon de la chaîne des secours, sur terre... ou dans l'eau !



## LES FORMATIONS DE LA CROIX-ROUGE

### BREVET EUROPÉEN DE PREMIERS SECOURS (BEPS)

Cette formation te permet d'apprendre les règles essentielles des premiers secours et les techniques de réanimation afin de réagir efficacement face à un accident ou un malaise, ainsi que la manière de communiquer les informations pertinentes aux services de secours.

Durée : de 12 à 15 heures (pas d'examen)

Age minimum : 12 ans

Prix : 45 €

### BREVET DE SECOURISME

Cette formation théorique et pratique consolidera les connaissances acquises lors de la formation aux Premiers Secours. Tu apprendras également à faire face aux situations plus particulières. Les examens ne sont pas obligatoires mais requis pour la délivrance du brevet.

Durée : 18 heures + 6 heures de révisions et examens

Age minimum : 15 ans

Prix : 70 €

### FORMATION "BOSSES ET BOBOS"

Une formation qui te permettra d'apprendre les bons réflexes pour prévenir le danger et à réagir efficacement face aux petits accidents ou malaises des enfants.

Durée : 6 heures

Age minimum : 15 ans

Prix : 35 €

### FORMATION "3 MINUTES POUR SAUVER UNE VIE"

Lors de cette formation, tu apprendras à réagir face à l'inconscience d'un adulte, à effectuer les gestes de réanimation simples et les techniques de défibrillation pour sauver une vie.

Durée : 3 heures

Age minimum : 15 ans

Prix : 25 €

## LES FORMATIONS DE LA LIGUE FRANCOPHONE BELGE DE SAUVETAGE

### BREVET SUPÉRIEUR DE SAUVETAGE AQUATIQUE (BSSA)

Le Brevet Supérieur de Sauvetaqe Aquatique est le seul brevet obligatoire pour assurer une surveillance en piscine, mais est également accessible à quiconque souhaite acquérir les techniques de base de sauvetaqe aquatique. Il est organisé en deux modules, L'inscription au module 2 n'est possible que suite à l'obtention du module 1. Tu devras également présenter un certificat médical récent (moins de trois mois) attestant de ton aptitude physique à la pratique du sauvetaqe. Cette formation est organisée sur une trentaine de sites différents, en Wallonie et à Bruxelles.

Durée : 73 heures

Age minimum : 17 ans et 9 mois (en début de formation)

Prix : 130 € (module 1) - 320 € (module 2)

La Ligue Francophone Belge de Sauvetaqe organise aussi d'autres types de formation : secourisme, défibrillation, formation "voiture à l'eau", etc.

La Croix-Rouge organise également des formations scolaires et en entreprise.

Tu souhaites t'inscrire à l'une de ces formations ? Nous t'invitons à prendre contact avec ces organismes pour obtenir plus de renseignements.

### PLUS D'INFOS ?

- [www.croix-rouge.be](http://www.croix-rouge.be)
- [www.lfbs.org](http://www.lfbs.org)
- [www.inforjeunes.be](http://www.inforjeunes.be)