



---

# LES ATELIERS

---

GESTES 1<sup>ERS</sup> SECOURS

## DÉFI AUTONOMIE SENIORS

Groupement de coopération sociale & médico-sociale



Défi autonomie seniors a été créé le 1<sup>er</sup> janvier 2017 grâce à un partenariat entre :

- › la CARSAT Nord-Picardie (caisse d'assurance retraite et de la santé au travail) ;
- › les MSA Nord Pas-de-Calais & Picardie (mutualité sociale agricole) ;
- › les RSI Nord Pas-de-Calais & Picardie (régime social des indépendants).

## À vos agendas

## Les ateliers 1<sup>ers</sup> secours



Ces ateliers vous permettent de :

- › sensibiliser de façon ludique aux gestes de premiers secours ;
- › connaître les bons réflexes en cas d'accident ;
- › prendre conscience que la sécurité des personnes, c'est sérieux.

Les ateliers premiers secours sont construits en deux séances alliant conseils et exercices pratiques.

## 2 séances Ateliers 1<sup>ers</sup> secours



- ➔ la protection ;
- ➔ l'alerte ;
- ➔ l'étouffement ;
- ➔ le malaise ;
- ➔ la position latérale de sécurité ;
- ➔ le défibrillateur ;
- ➔ le massage cardio pulmonaire.

Pour tous renseignements :

✉ [contact@defi-autonomie-seniors.fr](mailto:contact@defi-autonomie-seniors.fr)

☎ Nord-Pas de calais : 03.21.24.61.28  
Picardie : 03.22.82.62.23

🏠 Sièges sociaux : Défi autonomie seniors,  
33 rue du Grand But 59 160 Capinghem

🏠 Antenne Picardie : Défi autonomie seniors,  
27 rue Frédéric Petit 80 000 Amiens



L'essentiel & plus encore

