

**LIGUE FRANCOPHONE BELGE  
DE SAUVETAGE**

**Catalogue  
LFBS**

**2025**



**L.F.B.S.**

Ligue Francophone Belge de  
Sauvetage asbl  
010/45.75.45  
[contact@lfbs.org](mailto:contact@lfbs.org)  
[www.lfbs.org](http://www.lfbs.org)  
N°Entreprise: 0442 540 526



# Qui sommes-nous?

## Notre vision

Toute personne majeure **doit** être formée aux **gestes qui sauvent**.

**1995**  
Première formation  
Nous créons les  
recyclages annuels  
des sauveteurs en  
piscine

**2010**  
Nous devenons membres  
du **Conseil Belge de  
Réanimation  
(BRC)**

**2020**  
Nous sommes recon-  
nus par l'Adeps et le  
SPF Emploi, Travail et  
Concertation Sociale  
pour nos **blended  
learning**

**2023**  
Nous sommes  
certifiés **QFor**



**2024**  
Chèque Forma-  
tion de la Région  
Wallonne



**2002 & 2007**  
Nous sommes recon-  
nus par L'Adeps et le  
SPF Emploi, Travail et  
Concertation sociale



**2018**  
Nous lançons le programme  
«L'école sauve des vies»  
avec la BeHRA, Minipop,  
l'ULiège et la FWB: **170.000  
élèves formés par an**

**2023**  
Mise en place la première  
campagne de **prévention  
des noyade** en partenariat  
avec le **SPF Economie**

## Pourquoi choisir la LFBS?

- Soyez certain d'obtenir une formation **sur mesure** pour **votre équipe** et votre réalité professionnelle.
- Soutenez le **développement des gestes qui sauvent** initié par la LFBS et ses partenaires. (BeHRA, ADEPS, Minipop, ILS...)

## La méthode LFBS, c'est assurer à vos collaborateurs :

- Les services d'un formateur choisi pour ses compétences **techniques** et **pédagogiques**
- Une **rigueur scientifique** : suivi des normes ERC en vigueur.
- Une **formation pratique** : jeux de rôle, ateliers réflexifs, projections vidéos, etc.
- Mise à disposition d'un pack matériel de qualité et en quantité : **1 mannequin de réanimation pour 3 apprenants.**

## Soutenir le développement des gestes qui sauvent

- Nous rendons les écoles autonomes dans l'apprentissage des 1ers secours grâce au projet **“ L'école sauve des vies”**.
- Tous les **moniteurs sportifs** doivent être 1ers intervenants ! (Module obligatoire dans les formations de monitorat ADEPS).
- Programme de **prévention des noyades** : Mise en place d'une stratégie dès 2023 (communication, cours gratuits en ligne, brevets,...).

# FORMATION "OSER SAUVER"



2 à 3 heures de formation



Initiation ou réentraînement



15 participants maximum

## MATIÈRES ABORDÉES

### Réanimation

- Bilan
- Appel 112
- Réanimation de base

### DEA

- Utilisation du défibrillateur externe automatisé (DEA)
- Fonctionnement d'un DEA



## OBJECTIFS

Au terme de la formation vous serez capable de :

- D'analyser une situation d'urgence
- D'effectuer une réanimation de base adulte avec un **DEA**
- De placer la victime consciente en **Position Latérale de Sécurité (PLS)**
- D'utiliser les techniques de **désobstruction**  
(uniquement pour la formule de 3 heures)

## MÉTHODOLOGIE

La LFBS c'est :

- Une formation dynamique et interactive basée sur des **exercices pratiques, des ateliers réflexifs**
- Du matériel en quantité : **1 mannequin de réanimation pour 3 participants**
- Une méthodologie par **petits groupes qui** permet d'évoluer au rythme de chacun, en restant à **l'écoute** de vos questions

## CONTENUS

3 heures de formation réparties comme suit :

**2 heures de réanimation cardio-pulmonaire avec DEA :**

- Entraînement au massage cardiaque, aux insufflations et à l'utilisation d'un DEA sur mannequins

**1 heure de travail de :**

- PLS
- Techniques de désobstruction

+ Questions/réponses

## BLS

(Basic Life Support)



5-10%

Chances de survie



30-40%

Chances de survie



60-70%

Chances de survie



# JOURNÉE DE PREMIERS SECOURS



**Durée adaptable**  
(6 heures conseillées)



**Programme adaptable à**  
vos besoins



**Reconnaissance par le**  
**SPF Emploi**  
(personne désignée)



**15 participants**  
maximum

## MATIÈRES ABORDÉES



### Réanimation

- Bilan
- Appel 112
- Réanimation de base + DEA

### 1ers Soins

- Assurer la sécurité
- Etablir un bilan
- Appel des secours
- Réaliser les 1ers soins

## OBJECTIFS

**Au terme de la formation**  
vous serez capable de :

- Savoir réagir face à un accident
- Identifier les accidents / incidents nécessitant l'appel au 112
- Apporter les 1ers soins adéquats aux incidents ou situations d'urgence sur votre lieu de travail

## MÉTHODOLOGIE

**La LFBS c'est :**

- Une formation dynamique et interactive basée sur des **exercices pratiques**
- Du matériel en quantité : **1 mannequin de réanimation pour 3 participants**
- Une méthodologie par **petits groupes** qui permet d'évoluer au rythme de chacun, en restant **à l'écoute** de vos questions

## CONTENUS

**6 heures de formation**  
réparties comme suit :

- Apprendre à reconnaître une **situation d'urgence** (inconscience, absence de respiration, etc.)
- Etre capable d'appeler **rapidement et efficacement** le **112**
- Administrer les 1ers soins lors d'un **accident** susceptible de survenir dans le **cadre professionnel**
- **RCP + DEA**

## BLS

(Basic Life Support)



5-10%

Chances de survie



30-40%

Chances de survie



60-70%

Chances de survie



# PREMIERS SECOURS PÉDIATRIQUES



**Durée adaptable**  
(6 heures conseillées)



**Programme spécifique au**  
**pédiatrique**



**Reconnaissance par le**  
**SPF Emploi**  
(**personne désignée**)



**15 participants**  
**maximum**

## MATIÈRES ABORDÉES



### Réanimation

- Bilan
- Appel 112
- Réanimation enfant + DEA
- Réanimation bébé

### 1ers Soins

- Assurer la sécurité
- Etablir un bilan
- Appeler les secours
- Réaliser les 1ers soins

## OBJECTIFS

**Au terme de la formation**  
**vous serez capable de :**

- Savoir réagir face à un accident
- Identifier les accidents / incidents nécessitant l'appel au 112
- Apporter les 1ers soins adéquats aux **enfants**
- Apporter les 1ers soins adéquats aux **bébés**

## MÉTHODOLOGIE

**La LFBS c'est :**

- Une formation dynamique et interactive basée sur des **exercices pratiques**
- Du matériel en quantité : **1 mannequin de réanimation pour 3 participants**
- Une méthodologie par **petits groupes** qui permet d'évoluer au rythme de chacun, en restant **à l'écoute** de vos questions

## CONTENUS

**6 heures de formation**  
**réparties comme suit :**

- Apprendre à reconnaître une **situation d'urgence** (inconscience, absence de respiration, obstruction des voies respiratoires, etc.)
- Etre capable d'appeler **rapidement** et **efficacement** le **112**
- Administrer les 1ers soins pédiatriques
- **RCP + DEA**

## BLS

(Basic Life Support)

**APPEL**  
**112**

5-10%

Chances de survie

**RCP**

30-40%

Chances de survie

**DEA**

60-70%

Chances de survie

**ARRIVEE**  
**SECOURS**

# CERTIFICAT DE SECOURISME



**3 journées de 7 heures**

(possibilité de passer à 2 jours + e-Learning)



Reconnaissance par le  
**SPF Emploi  
(secouriste)**



**15 participants maximum**

## MATIÈRES ABORDÉES



### Réanimation

- Bilan
- Appel 112
- Réanimation de base
- Utilisation du DEA

### Ters soins

- Assurer la sécurité
- Etablir un bilan
- Appeler les secours
- Réaliser les 1ers soins adéquats

## OBJECTIFS

**Au terme de la formation vous serez capable de :**

- D'analyser une situation d'urgence
- D'appliquer les procédures exigées en cas d'urgence
- D'intervenir de façon rapide, adéquate et efficace, avant l'arrivée de l'équipe médicale

## MÉTHODOLOGIE

**La LFBS c'est :**

- Une formation interactive basée sur des **exercices pratiques**
- **Des bases théoriques** pour résoudre les problèmes rencontrés
- Du matériel en quantité : **1 mannequin de réanimation pour 3 participants**

## CONTENUS

**Aspects généraux :**

- Données **anatomiques** et **physiologiques**

**Réanimation :**

- **Réanimation** de base + DEA (Basic Life Support)

**Ters Soins :**

- Troubles respiratoires
- Troubles cardiaques
- Intoxications
- Plaies, fractures
- Troubles neurologiques
- Hemorragies

## ÉVALUATION PRATIQUE

- **80% de présence minimum requise au cours**
- **Réaliser correctement le protocole de réanimation de base**
- **Réagir correctement vis à vis d'une situation de 1ers soins tirée au sort**

# RECYCLAGE DU CERTIFICAT DE SECOURISME



4 heures de formation minimum



Module adaptable à la demande



15 participants maximum

## MATIÈRES ABORDÉES



### Réanimation

- Bilan
- Appel 112
- Réanimation de base + DEA

### 1ers Soins

- Assurer la sécurité
- Etablir un bilan
- Appel des secours
- Réaliser les 1ers soins

## OBJECTIFS

Au terme de la formation vous serez capable de :

- Savoir **réagir** face à un accident
- Identifier les accidents ou incidents nécessitant **l'appel au 112**
- Apporter les **1ers soins adéquats** aux incidents ou situations d'urgence sur votre **lieu de travail**

**Mise à niveau du secourisme en milieu professionnel**

## MÉTHODOLOGIE

La LFBS c'est :

- Une formation dynamique et interactive basée sur des **exercices pratiques** et sur des **ateliers réflexifs**
- Matériel en quantité : **1 mannequin de réanimation pour 3 participants**
- Une méthodologie par **petits groupes qui** permet d'évoluer au rythme de chacun, en restant **à l'écoute** de vos questions

## PROGRAMME

- **Module de réanimation et de défibrillation (1h)**
- **Module de 1ers soins (3h). Selection parmi les cas suivant:**
  - Les hémorragies
  - Les plaies, les brûlures
  - Les entorses, luxations, fractures
  - Les troubles cardiaques
  - Les intoxications par inhalation, contact
  - Les manipulations d'une victime

# Nos kits matériel

## Ateliers «réanimation»



- Mannequins de réanimation adultes: 1 pour 3 participants **minimum**
- Mannequin de réanimation enfant: 1 par groupe **minimum**
- Mannequin de réanimation bébé: 1 par groupe **minimum**



- Défibrillateur d'entraînement: 3 par groupe **minimum**



- Masques de poche d'entraînement: 1 pour 3 participants **minimum**



- Du spray désinfectant pour l'hygiène des mannequins
- Du gel hydroalcoolique pour les participants



- Nous apportons une attention particulière à diversifier nos mannequins au travers de leur genre et de leur couleur de peau\*
- Une grande partie de nos mannequins sont à présent électroniques et permettent des feedbacks en temps réel

\*Selon des études du Conseil Européen de Réanimation (ERC), une femme a 29% de chances en moins de survivre qu'un homme. Diversifier les mannequins lors des entraînements permettrait d'atténuer ces différences sur le terrain.

## Ateliers «premiers soins»



### UNE BOITE DE PREMIERS SOINS

- Des compresses
- Des bandages de différents formats
- Des bandages compressifs
- Des sparadraps
- Des ciseaux
- Des gants
- Du spray antiseptique
- Un cold/hot pack
- Des triangles d'immobilisation
- Une couverture de survie
- Un auto-injecteur d'adrénaline factice



### DU MATÉRIEL DE GRIMAGE

- De la cire
- Du faux sang
- Un crayon noir
- Une spatule

### POUR RÉALISER

- Des plaies simples
- Des plaies avec corps étranger
- D'autres plaies complexes

# Financez votre formation



## FormAction



FormAction, soutenu par les fonds de formation APEF - FeBi, est un programme de financement destiné à promouvoir la formation continue pour les commissions paritaires suivantes:

- 304
- 319.02
- 327.02 et 03
- 329.02 et 03
- 332

## Chèque Formation - Région Wallonne



Le Chèque Formation Région Wallonne vous permet de bénéficier d'une aide financière pour former vos travailleurs via la LFBS. D'une valeur de 30 euros, il correspond à 1 heure de formation par travailleur. Le dispositif couvre les formations des:

- travailleurs liés par un contrat auprès d'une PME
- travailleurs intérimaires dans une PME
- indépendants affiliés auprès de l'Institut national d'Assurances sociales pour travailleurs indépendants
- conjoints aidants du travailleurs indépendant

## Constructiv



Pour garantir l'avenir de votre entreprise, vos salariés doivent pouvoir se recycler et évoluer en permanence. Pour vous soutenir en tant qu'employeur, Constructiv intervient dans les frais de formation LFBS de vos équipes.

# Nos partenaires



Agréments pour l'organisation des formations initiales et continuées des **surveillants sauveteurs** en piscine et pour les **premiers soins en milieu sportif**.



Agrément pour délivrer des **brevets internationaux** de sauveteur en piscine et en eau libre.



Agrément pour l'organisation des formations en **secoursisme**.



Certification QFor pour la **satisfaction clients**.

## CHAQUE ANNÉE, ILS NOUS FONT CONFIANCE



## NOTRE ENGAGEMENT

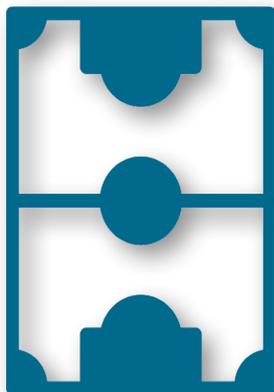


Toutes nos notes de cours sont éditées par un imprimeur CO2 neutre

## Nous développons divers **projets citoyens**

### **ESV (L'école sauve des vies)**

- Période pilote sur fonds propres (2 ans)
- Intervention **pédagogique** de la LFBS à prix réduit
- La LFBS et ses partenaires de l'ESV **mis à l'honneur** par la Ligue Cardiologique lors de la cérémonie des Chevaliers du Coeur

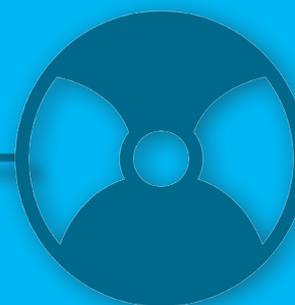


### **Module 1ers soins en milieu sportif**

- Les encadrants sportifs de nos enfants **doivent** être formés aux 1ers soins
- Création du cours **ADEPS** par la LFBS
- Intervention **pédagogique** de la LFBS à prix réduit

### **Prévention des noyades**

- Directives **OMS** et **ILS** (Fédération Internationale de Sauvetage)
- Mise en place d'une stratégie **dès 2023** (communication et cours gratuits en ligne)



## Séquences théoriques

## Séquences pratiques

## Questions Réponses



### Les ateliers réflexifs

Principe de «**classe inversée**». Les participants, par petits groupes, construisent une **réponse commune** sur base d'un contexte amené par le formateur. S'en suit un débriefing pour approfondir certains points et arriver à une réponse finale.

### Les mises en situation

Sur base volontaire, un participant est amené à **prendre en charge une victime** (formateur) dans un contexte simple. A partir de cette situation: débriefing avec le reste du groupe qui avait le rôle d'observateur. Une **trousse de premiers soins** est à disposition.

### La Réanimation (RCP)

1. Après une explication théorique, le formateur **démontre** une réanimation cardio-pulmonaire sur mannequin.
2. Les participants **reproduisent** cette gestuelle en profitant des **feedbacks** du formateur.
3. Régulièrement, le formateur regroupe les participants afin de donner des **feedbacks** collectifs et proposer de nouveaux exercices.

### Les simulations

Mise en situation plus complexe. Dans ce cas, plusieurs intervenants permettront l'insertion d'**éléments perturbateurs** pour solliciter de nouvelles compétences chez les participants (compétences non-techniques). Il s'agit d'une **activité de synthèse** à réaliser en fin de cycle/formation.

### Les jeux de rôle

Les participants se placent par deux. A l'aide d'une fiche distribuée et reprenant un contexte et les infos clés, l'un des deux joue le **rôle de la victime**. Sa fiche lui permet de répondre aux questions que le deuxième participant, qui joue le rôle du secouriste, va lui poser.



Grâce à ces méthodes, les participants seront capables de :

- Comprendre et maîtriser les notions théoriques relatives au secourisme
- Mettre en pratique toutes les thématiques abordées
- Gérer son stress dans une situation d'urgence