



## PROGRAMME DE FORMATION 2026

# Formation Arrêt cardiaque et défibrillation : l'expérience immersive en réalité virtuelle

Moins d'une victime d'arrêt cardiaque sur dix survit en France, le plus souvent parce que personne n'a agi dans les premières minutes. En 2 heures, cette formation apprend à reconnaître un arrêt cardiaque, à alerter, à masser et à utiliser un défibrillateur, puis place chaque participant face à une situation d'urgence réaliste grâce à un casque de réalité virtuelle. On en ressort avec des gestes maîtrisés et, surtout, la confiance nécessaire pour les faire le jour où il le faudra.

## LES INFORMATIONS PRINCIPALES sur la formation Arrêt Cardiaque

|                                                                                     |                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
|    | 2 heures                                  |
|    | Intra/inter, RPE/RPEI ou tout lieu adapté |
|    | 4 à 12 participants                       |
|  | Tout public à partir                      |
|  | Aucun pré-requis                          |
|  | Devis gratuit sur demande                 |



## LES OBJECTIFS à atteindre

Reconnaître une victime en arrêt cardiaque : inconsciente, qui ne respire pas ou pas normalement.

Assurer sa propre sécurité et celle de la victime avant d'intervenir.

Alerter les secours sans délai et transmettre les informations utiles.

Réaliser des compressions thoraciques efficaces, au bon rythme et à la bonne profondeur.

Mettre en œuvre un défibrillateur automatisé externe en toute sécurité et suivre ses consignes.

Poursuivre la réanimation jusqu'à la reprise d'une respiration normale ou l'arrivée des secours.

Prendre les bonnes décisions sous pression, dans une situation d'urgence simulée en réalité virtuelle.

## LES MODALITÉS de validation

Une **attestation de fin de formation** est délivrée à chaque stagiaire ayant participé à l'ensemble de la formation. Cette formation ne comporte **aucun examen ni épreuve** de certification. La participation active du stagiaire aux activités et mises en situation proposées permet de s'assurer de l'acquisition des connaissances et gestes abordés au cours de la formation.

# DÉCOUVREZ le programme

## 1. Comprendre l'arrêt cardiaque

---

- Ce qui se passe dans le corps lors d'un arrêt cardiaque et pourquoi chaque minute compte.
- Les signes qui ne trompent pas : victime inconsciente, qui ne respire pas ou respire anormalement.
- La chaîne de survie et la place décisive du premier témoin.
- Idées reçues et freins à l'action : ce qui empêche d'agir et comment les dépasser.

## 2. Alerter efficacement

---

- Sécuriser les lieux et évaluer la victime en quelques secondes.
- Appeler le 15, le 18 ou le 112 : quel numéro, à quel moment.
- Structurer son message d'alerte : lieu, état de la victime, gestes déjà entrepris.
- Faire chercher le défibrillateur le plus proche et organiser l'aide des personnes présentes.

## 3. Massage cardiaque et défibrillateur

---

- Démonstration commentée par le formateur, puis entraînement de chaque participant sur mannequin.
- Compressions thoraciques : position des mains, rythme, profondeur, relâchement.
- Retour en temps réel sur la qualité des compressions grâce aux mannequins connectés.
- Mise en place des électrodes, consignes de sécurité et analyse du rythme par le DAE.
- Enchaîner massage et défibrillation en relais, sans interruption inutile.

## 4. Immersion en réalité virtuelle

---

- Chaque participant est plongé, casque sur la tête, dans un scénario d'arrêt cardiaque réaliste.
- Découverte de la victime, analyse de la situation, alerte des secours et décisions à prendre.
- Localisation du défibrillateur, pose des électrodes et défibrillation dans le scénario.
- Le groupe suit la scène sur écran et observe les choix de chacun.

## 5. Débriefing et synthèse

---

- Retour sur les décisions prises pendant l'immersion : ce qui a fonctionné, ce qui aurait pu être fait autrement.
- Correction des gestes observés pendant les exercices pratiques.
- Questions et réponses autour des situations vécues par les participants.
- Les quatre messages à retenir : reconnaître, alerter, masser, défibriller.

## L'ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES en situation de handicap

Les formations proposées par FSI AuRA sont, a priori, accessibles à tous. Cependant, en cas de doute, nous vous invitons à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin, adapter notre pédagogie et nos activités en fonctions des situations de handicap qui pourraient se présenter. Dans le cas où nous ne serions pas en mesure de répondre à vos attentes, nous avons dans notre liste de partenaire l'Agefiph, vers lequel nous pourrions vous orienter.



# LES ENGAGEMENTS QUALITÉ DE VOTRE **organisme de formation**

ORGANISME DE  
FORMATION  
CERTIFIÉ QUALIOP  
SOUS LE N°395811-1



## QUELQUES MOTS SUR **votre formateur**

### **CHRISTOPHE POUSSET**

- Formateur en prévention et secours civiques
- Formateur secours en équipe
- Formateur SST
- Ambulancier diplômé d'État
- Sapeur-pompier volontaire
- Spécialisé petite enfance



## CONSULTEZ LES **méthodes pédagogiques**

○ Réalité virtuelle    ○ Mannequins connectés    ○ Quiz interactifs    ○ Exposés / Études de cas    ○ Questions / Réponses

## LES MODALITÉS **de contact**

N'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus sur nos formations et pour commencer votre parcours d'apprentissage pour savoir réagir en cas d'urgence ! Nous nous engageons à répondre en 48h à toute demande d'information relative à toute formation. Une fois le contact établi, nous envisagerons conjointement la date la plus appropriée en fonction de vos besoins et de vos enjeux. Sauf cas particulier, la mise en place de la formation pourra se faire dans les 15 jours suivant votre demande.

☎ 06 50 40 76 15

✉ [contact@fsiaura.com](mailto:contact@fsiaura.com)

🌐 <https://fsiaura.com>