



# L'apprentissage des gestes d'urgence

## " Oser agir "

**E**st-ce important ?  
Est-ce difficile d'apprendre  
les gestes d'urgence ?

C'est avant tout une approche humaine. C'est un apprentissage qui a beaucoup de sens et qui est extrêmement gratifiant.

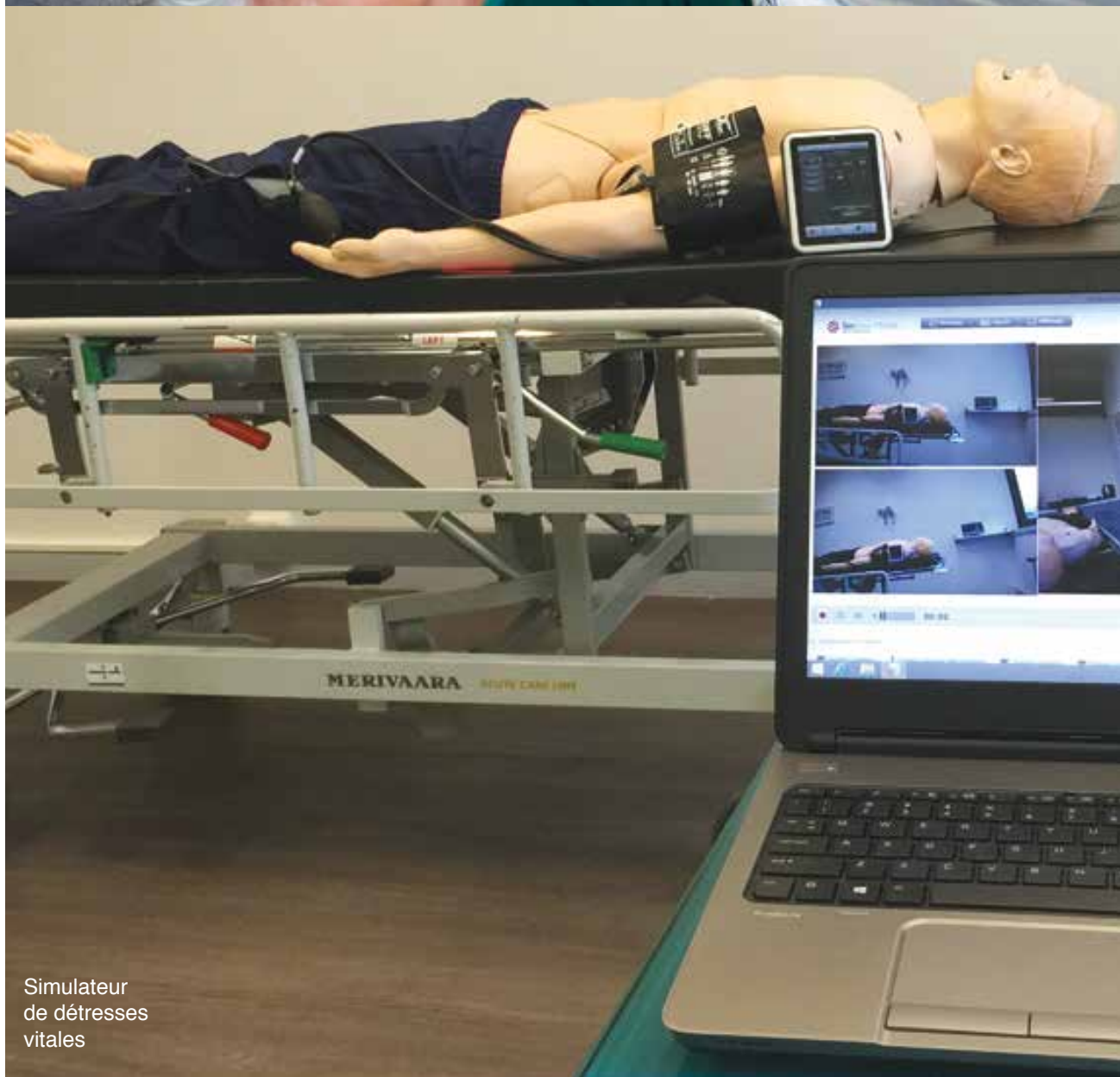
C'est une découverte pour un bon nombre de personnes que nous formons qui, soit en avaient jamais bénéficié, soit en avaient une image emprunte d'une charge émotionnelle forte ou d'une terrible rigueur gestuelle.

En fait, c'est très agréable de voir comment une approche bienveillante, en travaillant sur la compréhension, la résolution d'énigmes, l'essai - erreur permet aux personnes de s'y intéresser et surtout d'avoir ensuite une capacité d'action performante. La plus part des personnes, qui n'ont jamais bénéficié d'une formation, confrontées à une situation d'urgence vitale adopte une stratégie d'évitement voir de fuite avec le sentiment de peur « de mal faire ».

Il me semble que nous devons d'abord jeter un regard honnête sur nous même en nous disant qu'il est tout à fait normal de se sentir dépassé face à une urgence vitale.

Apprentissage  
des gestes  
d'urgence avec  
des enfants.





Simulateur  
de détresses  
vitales

**L**e manque d'assurance fait partie intégrante de tout individu.

En tant que médecin urgentiste et enseignant en gestes d'urgence je suis censé être un expert dans le domaine de l'urgence vitale. Je vous l'avoue sincèrement je suis moi aussi vulnérable. Cette prise de conscience m'aide à apprendre aux autres. Le doute est tout cas une opportunité pour apprendre et pour travailler sur « l'oser agir ». Cependant la norme sociale ne repose guère sur cette question du doute. Les gens attendent de nous que nous soyons capables de tout faire. Regardez, des messages ne cessent de nous préciser qu'il est extrêmement facile d'utiliser les défibrillateurs qui estampillent les façades des lieux publics, qui sont installés dans certains centres commerciaux, entreprises... Si bien que l'on pourrait douter de la complexité à prendre en charge un arrêt cardiaque. On nous invite là, à poursuivre une belle illusion !

### **Une formation en gestes d'urgence est en fait absolument nécessaire.**

Le rôle du formateur est avant tout de guider la personne dans son apprentissage pour qu'elle puisse reconnaître la situation d'urgence, la comprendre, et agir en conséquence.

L'apprentissage du geste d'urgence au travers de ce concept est une expérience incroyable mais aussi un acte de citoyenneté.

Que l'on ait 5 ans, 35 ans, 70 ans, 80 ans, où plus, importe peu. Et que l'on s'intéresse à la pêche, à la marche, au golf, à la lecture, pas d'avantage.

**Si nous le voulons, nous pouvons apprendre des gestes d'urgence, en nous divertissant tout au long de notre vie.** Cette association entre vie active, et sensation d'utilité à l'autre, procure du bonheur...

Texte rédigé par  
Olivier Durand  
pour SIM-RÉA

