

**Contactez-  
nous !**

**mdsecours@gmail.com**

**07 61 40 45 22**



**MD SECOURS FORMATION  
vous propose ses formations :**

- ✓ **Sauveteurs Secouristes du Travail**
- ✓ **Gestes & Postures**
- ✓ **Sensibilisation aux gestes qui sauvent**

**Attendez-vous à apprendre  
dans la joie et la bonne humeur !**



# MD Secours Formation



Organisme de formation habilité par l'INRS

pour dispenser les formations SST, MAC SST & Gestes et postures en entreprise.

&

**MD Secours Formation** est également

compétent pour former aux pratiques à destination des particuliers.

## Devis sur-mesure

Financements possibles :

- OPCO-
- Auto-Financement-
- Pôle-emploi-

Attendez-vous à apprendre dans la joie et la bonne humeur !

**MD Secours Formation**

IRNS : 1509442/2019/SST-01/O/14

SIRET : 847 686 474 00028

NDA : 28 76 05886 76

Malia Duboc

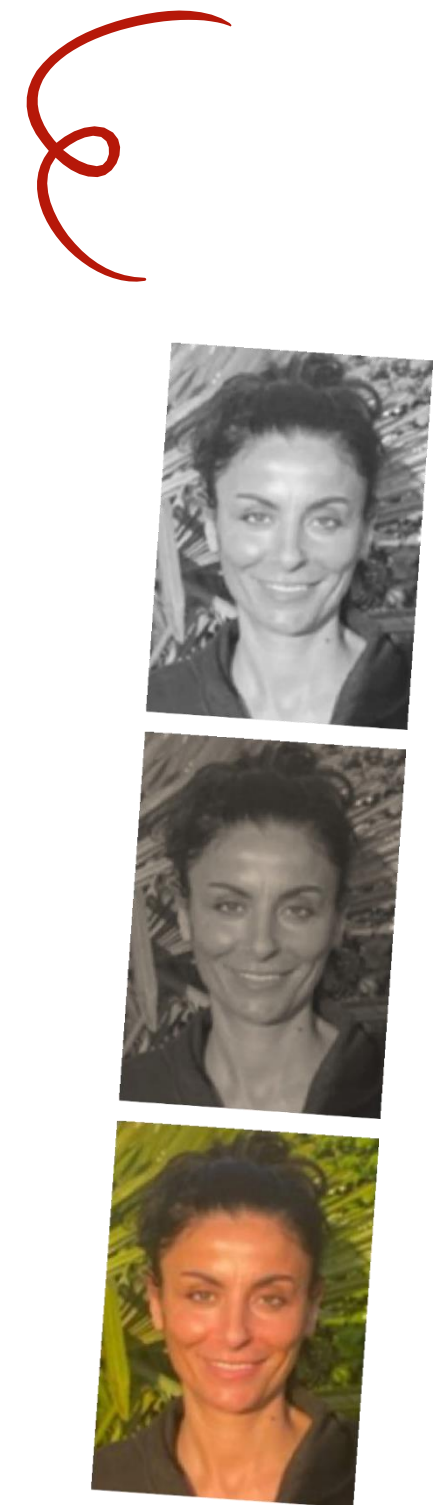
Tel : 07.61.40.45.22

Mail : [mdsecours@gmail.com](mailto:mdsecours@gmail.com)

Pompier volontaire et Aide médico-psychologique de formation, (accompagnement des personnes), je suis depuis toujours animée par les valeurs de tolérance, d'indulgence et de bienveillance. Je suis profondément convaincue que le partage et la transmission des savoirs permet d'instaurer, puis de perpétuer un cercle vertueux.

C'est en participant à une formation SST, après 20 ans passés dans des structures diverses et variées que j'ai eu cette révélation : devenir formatrice "**Sauveteur Secouriste du Travail & Gestes et postures**". Créer mon organisme de formation "**MD Secours Formation**" m'a permis d'allier mon expérience médico-sociale à mon dévouement et à mon sens de la relation humaine.

Une méthodologie ludique, simple et animée avec divers accessoires pour favoriser l'apprentissage et la prise de confiance. Ce côté ludique simplifié permet ainsi de proposer des ateliers qui s'adressent autant aux salariés en entreprise qu'à tous types de publics. Cette approche se différencie ainsi par sa dimension divertissante et les outils créatifs utilisés lors des ateliers participatifs.



**Malia  
Duboc**



# A qui s'adressent les formations ?

## Tous concernés !

La force de mes interventions réside en ma faculté à adapter chaque type de formation au public concerné, soucieuse et respectueuse des enjeux humains et financiers.

### Professionnels

Établissements recevant du public, entreprises, artisans, industries, collectivités, institutionnels

### Particuliers

Enfants à partir de 3 ans (atelier anniversaire ou en séance de groupe), adolescents, adultes, seniors

### Structures d'accueil des publics

Établissements scolaires, centres de loisirs, MJC, assistantes maternelles, maisons de retraite (initiation pour les aidants, les proches, l'entourage)

### Personnes en difficulté

Public en (ré)insertion sociale, professionnelle, personnes souffrant d'illettrisme, en alphabétisation, ou en situation de handicap

Les grandes actions peuvent naître de gestes simples.





# L'offre de formation en entreprise

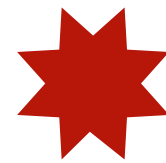
## Promouvoir la sécurisation professionnelle et la sécurité au travail

Définies à partir du référentiel de l'INRS et de la CARSAT, ces formations préparent vos salariés à intervenir rapidement et efficacement lors d'un accident du travail, conformément à l'obligation prévue dans le Code du Travail (article R4224-15 et circulaire 53-2007).



### SST : sauveteurs secouristes du travail

2 journées de 7 heures  
(4 à 10 stagiaires par session)



### MAC SST : Maintenir et Actualiser ses Compétences SST

À effectuer dans les 24 mois suivant  
l'obtention de la certification SST pour  
conserver sa validité.

1 journée de 7 heures  
(4 à 10 stagiaires par session)



### Gestes & postures :

Obligatoire pour les  
entreprises dont les salariés  
exécutent des tâches de  
manutention  
(R231-71 du Code du Travail)

4 heures  
(4 à 10 stagiaires par session)

**Devis sur demande → [mdsecours@gmail.com](mailto:mdsecours@gmail.com)**







# L'offre de formation complémentaire

MD Secours Formation a également vocation à transmettre **les valeurs de civisme et la notion de citoyenneté**, en instaurant des pratiques naturelles, sans crainte, dès l'enfance. L'objectif est de créer un cercle vertueux pour qu'une fois adultes, ces personnes transmettent à leur tour ces connaissances, profitant ainsi au plus grand nombre au fil des générations. C'est en décentrant les actions de l'obligation professionnelle, en intégrant la dimension personnelle et familiale qu'il sera possible de **sensibiliser les publics aux pratiques quotidiennes, d'imprégner des principes de prévention et d'alertes pour éviter les accidents.**

## Sensibilisation Action pour la vie :

Initiation, pour tous,  
aux gestes qui sauvent,  
prévention des accidents domestiques

4 heures (4 à 10 stagiaires par session)





# FORMATION INITIALE SST

**Le Sauveteur Secouriste du Travail (SST) est un salarié de l'entreprise.**  
Son rôle est de porter les premiers secours à toute personne victime d'un accident du travail ou d'un malaise et de devenir acteur de la prévention dans son entreprise.

**Pour cela, il doit être régulièrement formé.**

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de connaître les principes de base de la prévention, rechercher les risques pour protéger, examiner une victime, alerter les secours et secourir une victime jusqu'à la prise en charge des secours spécialisés.

**Prérequis : Pas de prérequis spécifique, s'adresse à tout public.**

**Lieu de formation : En entreprise ou location de salle.**

**Organisation : Définie en fonction des demandes et des formations, voir programme.**

**Financement : Financement personnel / OPCO / Fond de formation.**

**Coût groupe (4 à 10 stagiaires) : 1 350 € HT (tarif dégressif possible)**

**Inscription individuelle : 250 € (nous consulter pour aide instruction dossier)**





# FORMATION MAC SST

Cette formation **MAC SST** permet de maintenir les compétences du Sauveteur Secouriste du travail à jour, d'intervenir rapidement et efficacement lors d'une situation d'accident du travail dans l'établissement ou dans la profession jusqu'à l'arrivée des secours, de satisfaire aux obligations du Code du travail (**L 4121 et R4224-15**).

Prérequis : **Carte SST en cours de validation.**

Lieu de formation : **En entreprise ou location de salle.**

Organisation : **Définie en fonction des demandes et des formations, voir programme.**

Financement : **Auto financement / OPCO / Fond de formation**

Coût en groupe (4 à 10 stagiaires) : **800 € HT (tarif dégressif possible)**

Inscription individuelle : **150 € HT (nous consulter pour aide instruction dossier)**







# SENSIBILISATION GESTES ET POSTURES

Cette formation cible les gestes et postures au quotidien dans toutes les situations.

À l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure de connaître le comportement à adopter nécessaire à la préservation de son intégrité physique, détecter des situations à risque vis-à-vis de la manipulation et manutention de charges, proposer des solutions humaines ou organisationnelles dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des consignes spécifiques fixées.

Prérequis : **de prérequis spécifiques, ouvert à tous.**

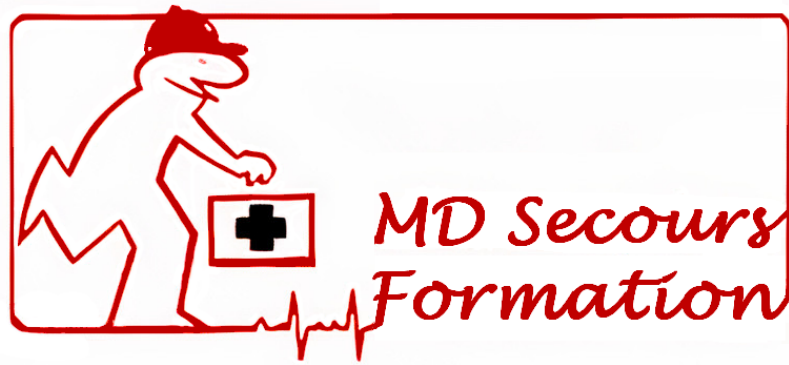
Lieu de formation : **En entreprise ou location de salle.**

Organisation : **Définie en fonction des demandes et des formations, voir programme.**

Financement : **Auto financement / OPCO / Fond de formation**

Coût en groupe (4 à 10 stagiaires) : **700 € HT (tarif dégressif possible)**





# **ACTION POUR LA VIE, Sensibilisation aux gestes qui sauvent**

Cette formation permet d'être en mesure de se protéger, de protéger la victime et les témoins, d'alerter les secours d'urgence adaptés, d'empêcher l'aggravation de l'état de la victime, de préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

Prérequis : **Pas de prérequis spécifiques, ouvert à tous.**

Lieu de formation : **En entreprise ou location de salle.**

Organisation : **Définie en fonction des demandes et des formations, voir programme.**

Financement : **Auto financement**

Coût en groupe (4 à 10 stagiaires) : **700 € HT (tarif dégressif possible)**



# Nos résultats

## Taux de réussite 2021 à 2023

### 33 stagiaires formés en 2021

Pas d'abandon formation

13 stagiaires formés aux  
Gestes et Postures

20 stagiaires certifiés SST  
→ 100% de réussite

100% des stagiaires  
très satisfaits

46 heures  
de formation dispensées

---

### 13 stagiaires formés en 2022

Pas d'abandon formation

13 stagiaires certifiés SST  
→ 100% de réussite

100% des stagiaires  
très satisfaits

21 heures  
de formation dispensées

---

### 24 stagiaires formés en 2023

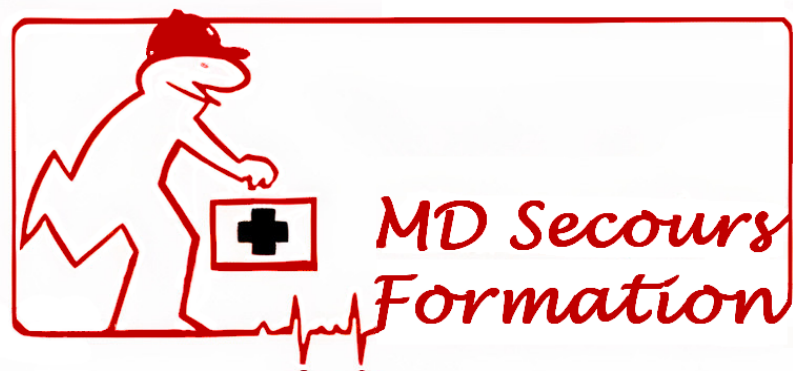
Pas d'abandon formation

10 stagiaires formés  
Action pour la vie

14 stagiaires certifiés SST  
→ 100% de réussite

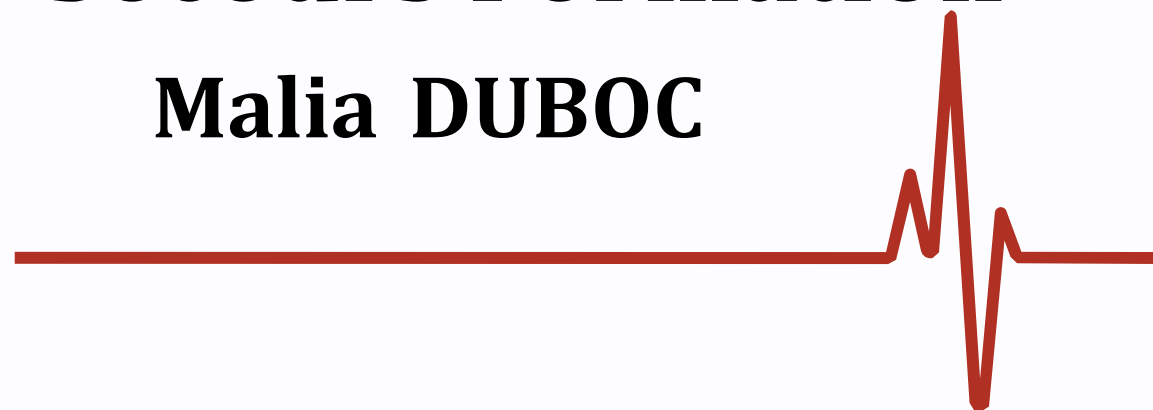
83% des stagiaires  
très satisfaits

32 heures  
de formation dispensées



# MD Secours Formation

## Malia DUBOC



Formatrice SST & gestes et postures- Ambassadrice Lifeaz

Adresse e-mail :

**mdsecours@gmail.com**

Numéro de téléphone :

**07 61 40 45 22**

Habilitation SST INRS : 1509442/2019/SST-01/O/14 - SIRET : 847 686 474 00028

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28 76 05886 76  
auprès du préfet de la région de Normandie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.  
TVA non applicable article 293B du CGI

