

d'un
seul
geste



RAPPORT D'IMPACT

Changer les codes pour sauver des vies

Édition 2025



Au-delà de la mission

- 3 • Former mieux, plus, plus vite
- 4 • Un enjeu de santé publique
- 5 • Qui sommes-nous ?
- 6 • Mémorisation et passage à l'action
- 6 • Supprimer les freins logistiques
- 7 • 1h pour apprendre à agir face à une situation d'urgence
- 8 • 300+ entreprises et collectivités nous font confiance
- 9 • Rendre nos formations accessibles au plus grand nombre
- 10 • Rendre les collégiens acteurs : un format adapté
- 11 • L'impact au-delà de la pédagogie



Former mieux, Former plus, Former plus vite



Seuls 20% des Français sont formés aux gestes de premiers secours. Ainsi, en cas d'accident cardiaque, **nos chances de survie ne sont que de 5%**. En Norvège, où 95% de la population est formée, les chances de survie sont **8 fois plus élevées**.

Apprendre aux Français les gestes de premiers secours, c'est améliorer significativement les variables de cette équation pour sauver des vies. Chez D'un Seul Geste, c'est notre raison d'être.

Entreprise de l'Économie Sociale et Solidaire, D'un Seul Geste a une mission simple et essentielle à la fois : **former des Femmes et des Hommes à sauver des vies**.

A l'heure où l'État annonce des objectifs ambitieux en matière de formation aux gestes de premiers secours, nous sommes animés par la conviction que, pour réussir le véritable changement d'échelle dont notre pays a besoin, il faut s'appuyer sur un changement radical de méthode dans l'enseignement de ces gestes. Ce changement de méthode passe par le recours à l'innovation et à des technologies jusqu'ici inédites dans ce domaine.

La méthode D'un Seul Geste, c'est former mieux, former plus et former vite, en s'appuyant sur le meilleur de la réalité virtuelle et des sciences cognitives.

Notre credo ? **Pour être capable d'agir, formons dans les conditions du réel.**

Pour cela, nous avons mis au point un dispositif inédit permettant à chacun, à l'aide d'un casque de réalité virtuelle, de faire face, de manière crédible et réaliste, à une situation d'urgence, révélant son aptitude à réaliser les gestes qui sauvent. Cette mise en situation a, par ailleurs, vocation à s'adapter au niveau de connaissance et de maîtrise de chaque apprenant.

Avec cette approche pédagogique et technologique, nous ajoutons la sollicitation des zones « émotionnelles » du cerveau pour ancrer durablement les apprentissages et la mémorisation.

Notre approche, parce qu'elle fonctionne et parce qu'elle est moins chronophage que les formations traditionnelles, correspond aux attentes des employeurs, parfois réticents face aux contraintes et à la logistique nécessaires à l'organisation de journées complètes de formation. Nous nous engageons ainsi auprès de chaque entreprise, de chaque collectivité qui nous fait confiance, **à proposer une formation véritablement impactante pour une durée d'une heure par salarié**.

D'un Seul Geste opère un véritable reset méthodologique et technologique dans l'univers de la formation aux gestes de premiers secours.

Que le plus grand nombre soit capable de sauver des vies et surtout se sente prêt à sauver des vies : c'est l'immense défi auquel nous faisons face. À nous de le relever, ensemble.

Un enjeu de santé publique

Nous pourrions améliorer collectivement le taux de survie en cas d'arrêt cardiaque si des efforts supplémentaires étaient déployés en matière de sensibilisation et de prévention.

C'est le constat de la commission de 30 experts internationaux publié dans la revue scientifique *The Lancet* en août 2023. Cette commission a dressé **une série de recommandations visant à mieux prendre en charge l'arrêt cardiaque.**

3 facteurs pour améliorer l'apprentissage des gestes qui sauvent

1. des formations courtes
2. de la répétition et du recyclage tous les 2 à 3 ans
3. des stratégies innovantes pour assurer la formation tels que la pratique en réalité virtuelle, les applications ou via des médias sociaux.

Des initiatives françaises à accélérer

Pour rattraper son retard, la France a lancé plusieurs initiatives afin de généraliser la maîtrise des bons gestes

- Formation des jeunes au cours de la scolarité,
- Formation de 80% des fonctionnaires,
- Obligation de formation des salariés avant leur départ en retraite,
- Loi du citoyen-sauveteur qui exonère le citoyen de responsabilité civile en cas de préjudice dans la mise en œuvre des gestes de premiers secours.

Faute de moyens à la hauteur de ces ambitions, il faudrait, au rythme actuel, plus de 30 ans pour atteindre l'objectif de former 80 % de la population française.

Cela ne suffit pas et nous croyons que les entreprises ont un rôle majeur à jouer pour assurer la formation massive des collaborateurs dans le cadre de leurs politiques RH, de prévention, de sécurité et de qualité de vie au travail.

Taux de survie en cas d'arrêt cardiaque

5% vs. **40%**
 

% de la population formée aux premiers secours

20% vs. **95%**
 

-10% de chances de survie

pour chaque minute perdue

avant le démarrage d'un massage cardiaque par le 1^{er} témoin

Retrouvez + de détails sur notre site www.dunseulgeste.fr
Rubrique Ressources

Qui sommes-nous ?

Les 4 co-fondateurs

D'un Seul Geste a été créée en mars 2018 par **4 fondateurs** résolus à rendre accessible, attractive et durable la formation aux gestes qui sauvent :

- **Emmanuel Bourcet**, Entrepreneur social
- **Ludovic Fagot**, Ingénieur en informatique, ex responsable des projets de réalité virtuelle de Dassault Aviation
- **Nicolas Guerchet**, Sapeur-pompier, formateur de formateurs secourisme depuis 20 ans
- **Bernard Périco**, Général, ancien commandant de la Brigade de Sapeurs-Pompiers de Paris



Le comité scientifique

Composé de 7 experts reconnus dans les domaines du secourisme, de la médecine, de la réalité virtuelle et de l'aide aux victimes, notre Comité scientifique est chargé de veiller à la rigueur et à la pertinence de notre approche, comme de nos contenus.

+ de détails sur notre site www.dunseulgeste.fr



Le comité consultatif

Composé de 8 membres, notre Comité consultatif est un outil de dialogue et de concertation avec nos parties prenantes sur tous les sujets liés à l'utilité sociale et à l'impact de nos actions.



L'équipe

- 8 permanents
- +50 formateurs équipés dans toute la France

8 500

apprenants formés en 2024

25 000

personnes formées depuis la création

+300

entreprises et collectivités nous font confiance pour former leurs salariés dont



2018

Création de la société
+ R&D formation
Premiers Secours

2021

Lancement des actions de
formation en entreprise,
gelées durant le Covid

2022

Finalisation de la R&D
et lancement de la formation
Sécurité Incendie

2023

Atteinte de la
rentabilité

2024

Déploiement de la formation
pour les adolescents

2025

D'un Seul Geste, reçoit
l'agrément Entreprise Solidaire
d'Utilité Sociale (ESUS)

Mémorisation et passage à l'action

Notre solution révolutionne la formation aux gestes de premiers secours **en alliant innovations technologiques et pédagogiques.**



Une immersion au plus près du réel grâce à la technologie

Grâce à la réalité virtuelle, les apprenants vivent des scénarios réalistes (hémorragie, étouffement, arrêt cardiaque, etc.), renforçant l'apprentissage par l'expérience.

La réalité virtuelle, combinée à la réalité mixte, permet à l'apprenant d'interagir avec un mannequin ou extincteur connecté, et ainsi de vivre une expérience de secourisme en VR au plus proche du réel.

Une brique d'Intelligence Artificielle adapte l'expérience aux réactions de l'apprenant.



Une mémorisation durable

75% des apprenants se disent prêts à agir face à une situation d'urgence, 1 an après leur formation, preuve que les gestes sont ancrés, grâce au réalisme qui engendre la stimulation émotionnelle et facilite la mémorisation.



Pouvoir du jeu et droit à l'erreur

La réalité virtuelle offre la possibilité de répéter les actions, sans craindre de conséquences directes. Nous associons les séquences d'apprentissage pratique à de la théorie, ponctuée de quiz. Une gamification qui stimule le cerveau des apprenants pour une meilleure appropriation.



Mesure des compétences

En utilisant les données transmises en direct par le casque ou par un objet connecté, les modules de VR sont capables de donner des retours ciblés en temps réel. L'apprenant, mesure instantanément ses actions et peut les ajuster jusqu'à pratiquer le bon geste.



Accessibilité et évolutivité

Adaptée aux entreprises, et aux établissements scolaires, notre solution flexible se déploie facilement pour former en masse, de manière attractive, efficace et durable.

Supprimer les freins logistiques

Notre formation individuelle est **clé en main, avec une logistique fluide, flexible et simplifiée pour nos clients (entreprises et collectivités).**

- Les futurs apprenants réservent en toute autonomie leur créneau de formation sur le **formulaire mis à disposition**
- Nos formateurs présents dans toute la France **se déplacent sur site**
- L'installation de la salle de formation est simple et rapide, **sans besoin de connexion Wifi**
- Jusqu'à **32 apprenants/jour/formateur**, répartis sur 8 créneaux d'1 heure
- La formation impacte faiblement l'activité : pas de groupe à constituer, seul un créneau d'1 heure par salarié à bloquer
- Pour entretenir les connaissances : chaque apprenant repart avec un mémo des gestes à retenir et un accès à notre plateforme d'e-learning.

+ court + attractif + efficace

97% ★★★★★

satisfaction de nos clients



75%

d'apprenants se disent prêts à agir, après 1 an

- pour former **un grand nombre de collaborateurs sans désorganiser l'activité,**
- avec une **meilleure mémorisation** et une **capacité à agir durable,**
- une pédagogie immersive plébiscitée par les apprenants pour **des sessions de formation sans absentéisme,**
- sans surcoût lié au remplacement des apprenants.

FORMER PLUS VITE

Formations Premiers Secours et Sécurité Incendie : 1h pour apprendre à faire face à une situation d'urgence

Formation Gestes de Premiers Secours (GPS)



Prévenir / **Alerter** /
Secourir



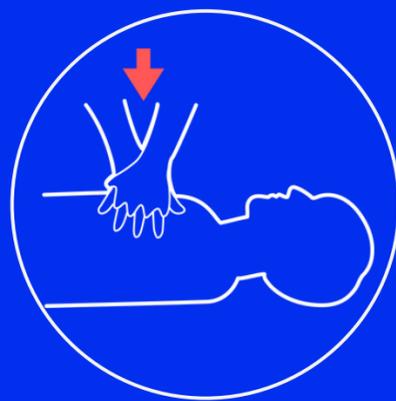
Stopper une
hémorragie



Agir face à
un **étouffement**



Mettre en **Position**
Latérale de Sécurité



Pratiquer un
massage cardiaque



Utiliser un
défibrillateur

Formation Équipier de Première Intervention (EPI)



Comprendre le **principe de**
base d'un feu + prévention



Donner l'**alerte**
et déclencher les
secours



Identifier le type de feu pour
intervenir ou évacuer ou se
confiner



Connaître le rôle des
Guide-File / Serre-File



Connaître les différents
extincteurs et **s'entraîner à**
leur manipulation



S'entraîner à intervenir en
cas d'incendie sur le lieu de
travail

300+ entreprises et collectivités nous font confiance

“ C’est une véritable immersion qui favorise la mémorisation des bons réflexes et qui vous encourage à passer à l’action. ”

Audrey Duvat,
Responsable Formation Groupe & Coordinateur RH, Square Management

“ Cette formation apporte une innovation essentielle avec la gamification et la réalité virtuelle et répond à l’objectif d’impliquer le plus grand nombre de collaborateurs. ”

Marc Veyron,
ex-DRH Carrefour, ex-Président de l’INRS

“ Les retours des apprenants sont excellents, ils se sentent mieux préparés à intervenir en cas d’urgence. ”

D’ Assia Meyer,
Médecin du Travail, Groupe Servier

“ *Le bilan est très positif. Du côté des collaborateurs, les retours sont très bons avec une note de satisfaction moyenne de 9,5/10. Le format court plaît car ils n’ont pas à bloquer leur journée entière pour assister à la formation.* ”

Le format innovant, la qualité de la formation et les échanges avec le formateur sont les points forts qui reviennent le plus souvent dans les retours des apprenants. Cela permet de susciter de l’intérêt autour de la formation. Ceux qui l’ont déjà faite la recommandent aux autres et les créneaux de formation se remplissent rapidement. [...]

Côté opérationnel, les outils déployés par D’un Seul Geste nous facilitent la gestion des formations. ”

Stéphanie Bardou,
ex-Cheffe de Service RH, Métropole du Grand Paris

“ La solution proposée par D’un Seul Geste nous permettait de raccourcir le temps de formation (1 heure par personne) tout en mobilisant nos formateurs pour dispenser cette formation innovante équipée d’un mannequin de secourisme connecté. C’était le moment de prendre le virage de la réalité virtuelle ! ”

Nous avons rapidement dépassé le cadre des salariés en retraite pour étendre cette formation à d’autres salariés du Groupe ainsi qu’à nos clients privés et publics séduits par son format court. [...]

Quant aux formateurs, la solution leur permet de se concentrer sur l’accompagnement personnalisé des stagiaires. Après la pratique en réalité virtuelle, 20 minutes de la formation sont dédiées à l’échange individuel. Ça change de la gestion d’un groupe et ils peuvent se concentrer sur leur rôle de conseil. ”

Arnaud Lesage,
Directeur de l’école de la sécurité, Auchan Retail France

“ J’ai testé et j’ai tout de suite adhéré, tant sur le concept que sur l’impact que ça pouvait avoir sur les apprenants. ”

Le plus important, c’est que la formation n’enlève rien au côté humain, à la transmission et à l’échange indispensable avec les apprenants, bien au contraire. Après 40 minutes de réalité virtuelle, il y a un face à face pédagogique de 15 minutes et c’est là où on peut vraiment apporter notre plus-value en tant que formateur. En général, on forme deux personnes à la fois et c’est aussi ce que je trouve intéressant : c’est très intimiste. Les apprenants se sentent plus libres de parler et de poser des questions et je peux donc vraiment personnaliser le debriefing.

L’objectif de cette formation courte, c’est qu’elle soit directement applicable dans sa vie de citoyen. On ne forme pas des professionnels des secours, mais bien des citoyens sauveteurs. ”

Médéric Michaud,
Formateur Premiers Secours et Sécurité Incendie

Retrouvez les témoignages complets sur la rubrique Ressources de notre site www.dunseulgeste.fr.

FORMER PLUS

Rendre nos formations accessibles au plus grand nombre

Pour former des publics à grande échelle, nous souhaitons répondre à une valeur forte d'inclusion. Pour cela, chacune de nos formations respecte les pré-requis du **langage FALC (Facile à Lire et à Comprendre)**.

Nous formons les personnes dans l'incapacité de masser ou éteindre un feu à donner des consignes ou directives orales.

Nous formons également nos formateurs à **adapter chaque formation à des apprenants en situation de handicap**.

En complément, nous avons intégré **la prise en compte de handicaps moteurs et sensoriels, ainsi que de troubles psychologiques et cognitifs** dès la phase de R&D de notre formation pour les collégiens, grâce à des fonctionnalités comme :

- Une interface simplifiée et intuitive,
- Des retours multisensoriels (audio, visuel, tactile),
- La compatibilité avec des outils d'assistance spécifiques

Handicaps moteurs

Fauteuil roulant

Le stagiaire peut effectuer les exercices sans avoir besoin de se déplacer physiquement.

Impossibilité de se baisser

Les exercices sont adaptés pour permettre l'interaction sans nécessiter de mouvements spécifiques au sol.

Usage d'un seul bras

L'application est conçue pour que les actions puissent être réalisées avec une seule main.

Usage d'une seule jambe valide

La formation ne requiert pas de mouvements nécessitant un équilibre sur deux jambes.

Handicaps sensoriels

Déficience auditive

L'application propose des retours visuels clairs et explicites pour remplacer ou compléter les consignes audios.

Déficiences visuelles

L'expérience visuelle est optimisée pour garantir une bonne perception des éléments en réalité mixte même avec une vision réduite (daltonisme, vision monoculaire°).

Troubles psychologiques ou cognitifs

Troubles du stress ou de l'anxiété

Les scénarios immersifs sont conçus pour être progressifs, avec des instructions claires et un environnement sécurisé pour ne pas surcharger l'utilisateur. L'expérience est également paramétrable pour ajuster le rythme et la complexité selon les besoins de l'apprenant.





FORMER PLUS & PLUS VITE

Rendre les collégiens acteurs : un format adapté

En 2024, à l'initiative du Conseil Départemental de la Drôme, nous avons contribué à former 4 000 collégiens de 4^e aux Gestes de Premiers Secours, aux côtés de l'Union Départementale des Sapeurs-Pompiers de la Drôme. Une première à l'échelle nationale, réalisée en seulement 3 mois !

Un dispositif de formation à grande échelle

Nous avons relevé le défi de proposer une formation aux Premiers Secours à grande échelle, dans un format adapté à des élèves de collège. Notre objectif ? Rendre les collégiens capables d'agir face à une situation d'urgence, sans adulte, en seulement 2h de formation par classe.

Une formation adaptée unique en France

Nous avons imaginé une formation sur-mesure pour le public ciblé via différents leviers :

- Une expérience de réalité virtuelle adaptée à la taille des adolescents,
- Un format de 2h par classe avec une immersion de 40 minutes,
- Une scène familière pour passer à l'action : un surveillant entouré de collégiens, dans un foyer, pour les amener à prendre conscience qu'ils sont en capacité d'agir sans adulte,
- Une logistique pensée pour permettre de former 8 élèves en simultané.

Une formation alignée avec nos valeurs

- Préparer les futures générations à devenir citoyens sauveteurs
- Permettant de former des élèves porteurs de handicaps et troubles (cf page précédente),
- Une équipe de formatrices et de formateurs à dominante féminine



“ Former les collégiens aux Gestes de Premiers Secours contribue à faire avancer la société vers un plus grand nombre de citoyens prêts à agir face à une situation d'urgence. Seuls 20% des Français y sont actuellement sensibilisés. C'est une chance de pouvoir débiter cet apprentissage dès le collège. ”

Emmanuel Bourcet,
Président de D'un Seul Geste

1 BILAN UNANIME

99%

satisfaction des élèves,
exprimée via une borne en fin
de session

4013

élèves formés

159

classes

41

journées

29

collèges

14

formatrices et formateurs

“ Sous la supervision et la bienveillance de quatre sapeurs-pompiers, les élèves ont pu acquérir des compétences essentielles en matière de premiers secours. L'utilisation de la réalité virtuelle a rendu l'apprentissage plus interactif et immersif, renforçant ainsi la mémorisation des gestes. L'enthousiasme et l'implication des élèves ont démontré l'intérêt de ce type de formation dans un cadre scolaire. ”

Collège A. Cartier

FORMER MIEUX

L'impact au-delà de la pédagogie

L'impact environnemental

Comme toute activité, nous sommes conscients d'avoir un impact environnemental et un rôle à jouer pour minimiser ce dernier. Nous avons ainsi œuvré à réduire au maximum l'empreinte de nos formations en pensant l'ensemble du cycle de vie et de la logistique de nos solutions.

Gestion durable des équipements

- Prolonger la durée de vie des matériels : maintien de la version de logiciel pour la génération précédente de casques,
- Développement du logiciel en France.

Optimisation des ressources

Minimiser la bande passante utilisée par le stream des casques (stockage en local contrairement à la grande majorité des expériences utilisant la VR).

Réduction de l'empreinte carbone

- Développer les réseaux locaux de formateurs pour réduire les déplacements,
- Inciter les formateurs à l'usage des transports en commun (création d'une valise de transport adaptée et prise en charge totale des frais de transport),
- Réduire l'impact écologique du matériel : suppression des émissions de particules polluantes grâce aux extincteurs connectés, absence de bac à feu, réduction du volume de matériel à transporter.

Démultiplier notre impact

Pour former le plus grand nombre de personnes avec la meilleure pédagogie possible, nous mettons notre formation à disposition de tout tiers qui souhaite l'utiliser auprès de son propre public : associations agréées de sécurité civile, organismes de formation, entreprises et collectivités disposant de leurs propres formateurs.

Engagements humains

Notre engagement se traduit auprès de nos formateurs et de l'équipe par un ensemble de mesures.

Envers notre équipe

- Attentif au bien-être humain
- Écart entre le plus haut et le plus bas salaire inférieur à 2
- Mutuelle prise en charge à 100%, y compris pour les familles
- Montant maximal de tickets restaurant
- Prime de partage de la valeur
- Formation aux gestes de Premiers Secours et à la Sécurité Incendie

Envers nos formateurs

- Contre la précarité des travailleurs indépendants : nous nous engageons à garantir un volume de journées d'intervention chaque année ainsi qu'une rémunération au-dessus du marché
- Inclusion féminine : attention portée à la progression du nombre de formatrices dans nos équipes (cf. formation des collégiens)

**Arrêt cardiaque chez la femme :
une sensibilisation qui nous tient à coeur**

Savez-vous que les femmes ont 2 fois moins de chances de survivre à un arrêt cardiaque que les hommes ? Suite à ce constat alarmant, nous avons décidé de sensibiliser nos formateurs, clients et partenaires au sujet par des actions de formation et de communication.
Retrouvez un article dédié sur notre site www.dunseulgeste.fr

d'un
seul
geste

Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale,
D'un Seul Geste forme celles et ceux
qui peuvent faire la différence.



Contactez-nous

07 43 36 93 21

hello@dunseulgeste.fr



Retrouvez-nous

À Paris

15 rue de Milan
75009 Paris

À Valence

3 rue Georges Charpak
26300 Alixan

www.dunseulgeste.fr

