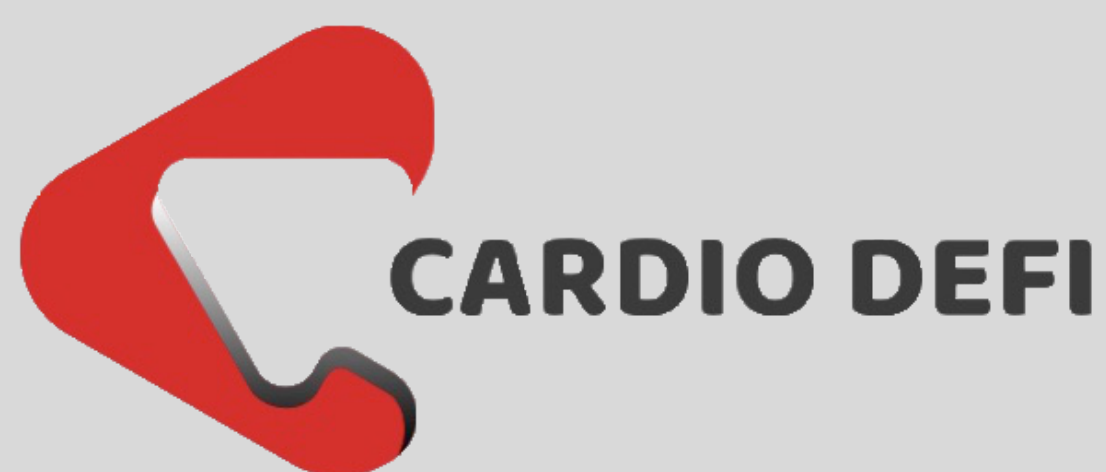


# LIVRET DE PRESENTATION

FORMATIONS - EQUIPEMENTS - CONSEIL

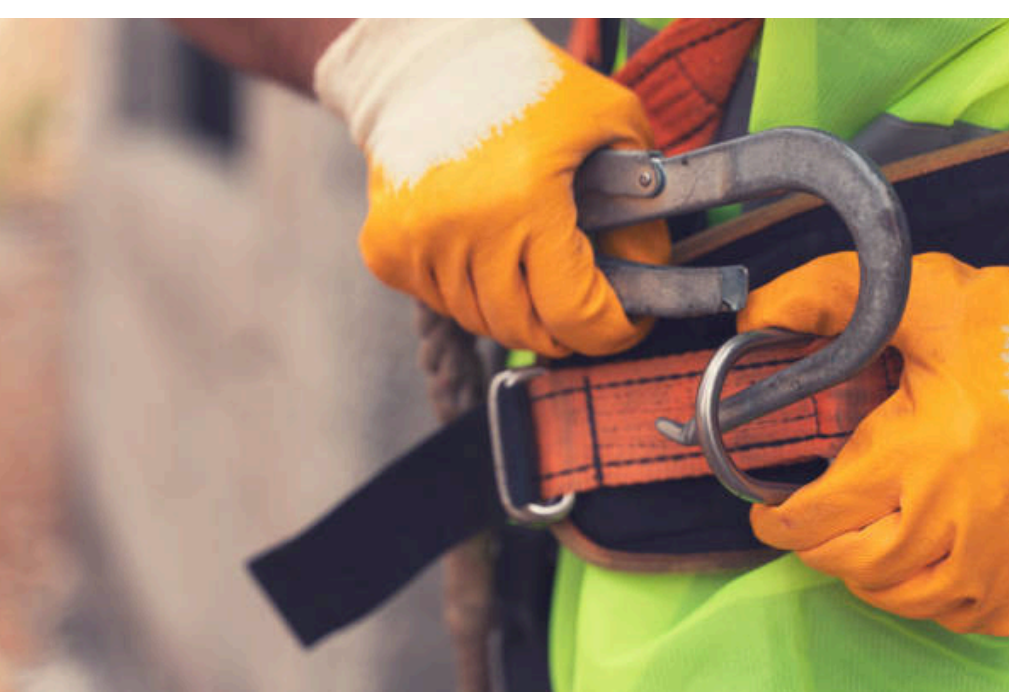


Valentin GACI

07.51.63.19.53

03.59.37.20.78

[valentin.gaci@cardio-defi.com](mailto:valentin.gaci@cardio-defi.com)



# QUI SOMMES NOUS

Cardio Défi est une entreprise spécialisée dans la sécurité en entreprise, qui s'articule autour de 3 axes :

## LA FORMATION

Des formations complètes, de la sécurité incendie à l'habilitation électrique, adaptées à vos besoins.

## L'EQUIPEMENT

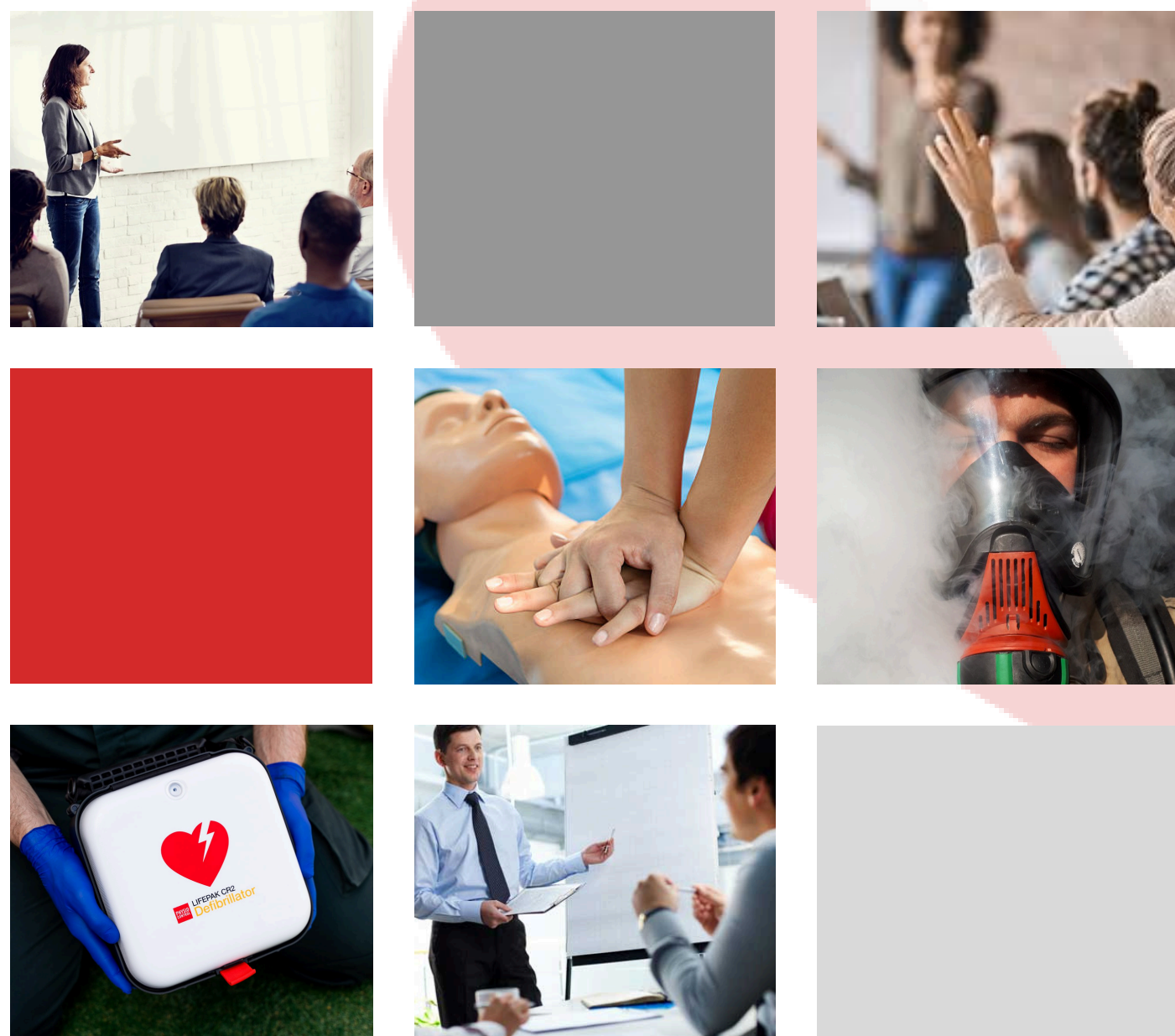
Un large choix de matériel réglementaire pour mettre votre entreprise en conformité.

## LE CONSEIL

Notre équipe est à votre disposition pour vous accompagner, vous conseiller et établir vos devis.

## NOTRE APPROCHE

Une pédagogie centrée sur la pratique et l'humain



Autour de l'écoute, du professionnalisme et de la convivialité, nous accompagnons nos stagiaires à atteindre leurs objectifs !

Pour apprendre, rien de mieux que l'entraînement ! Nous plaçons les exercices pratiques au coeur de nos formations.

Cardio Défi est certifié **Qualiopi**, un gage de qualité rigoureux qui atteste de la conformité de nos processus de formation et vous permet de bénéficier de prises en charge financières.

# NOS FORMATIONS

Nous vous offrons des formations spécialisées en santé et en sécurité intra et inter entreprise de qualité avec des formateurs experts dans leur domaine.

INCENDIE



GESTES ET POSTURES



HABILITATIONS  
ÉLECTRIQUES



ARI



TRAVAIL EN HAUTEUR



SECOURISME



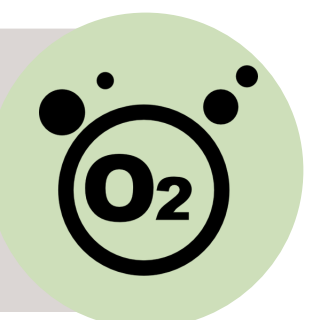
ATEX



AIPR



ESPACE CONFINE



# INCENDIE



**EPI 7h / EPI recyclage 3h30**  
Renouvellement conseillé tous les ans

**Exercices d'évacuation 3h30**  
Renouvellement 2 fois/an

**GSF 3h30**  
Renouvellement 1 fois/an

**Manipulation des extincteurs 2h00**  
Renouvellement conseillé tous les ans

**ESI avec ARI 14h00 / ESI sans ARI 7h**  
Renouvellement conseillé tous les ans

**Permis feu 3h30**

**Réalité augmentée manip 1h30 / EPI 3h30**

**Unité mobile légère (UML) 1h30**  
Renouvellement conseillé tous les ans

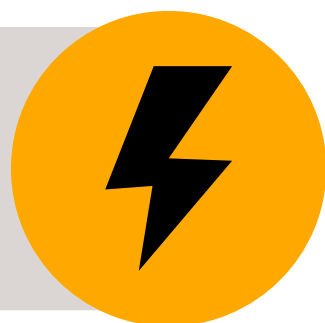


# GESTES ET POSTURES

**Gestes et postures 7h00**  
Renouvellement conseillé tous les ans

**Sensibilisation à la manutention des charges 3h30**  
Renouvellement tous les 5 ans

# HABILITATIONS ÉLECTRIQUES



**HOB0 7h00**  
Renouvellement tous les 36 mois

**BS / BE manoeuvre 14h00**  
Renouvellement tous les 36 mois

**B1V / B2V / BR / BC - nous consulter**



# ARI

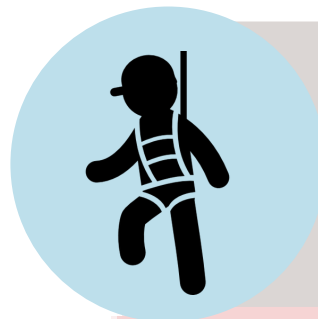


**ARI 7h00**

Renouvellement conseillé tous les ans

**ARI recyclage 3h30**

Renouvellement conseillé tous les ans



# TRAVAIL EN HAUTEUR

**Travail en hauteur / Travail en hauteur recyclage 7h**  
Renouvellement tous les 3 ans

**Évacuation nacelle 7h00 / Evacuation nacelle recyclage 4h00**  
Renouvellement aussi souvent que nécessaire

# SECOURISME



**MAC SST 7h00**

**SST 14H00**

Renouvellement tous les 2 ans



Pour plus d'informations, rendez vous sur [www.cardio-defi.com](http://www.cardio-defi.com)

# FORMATIONS INCENDIE

Cardio Défi : votre partenaire en formation incendie !

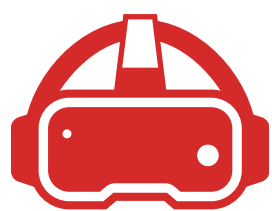
Quel que soit votre localité, votre activité ou la taille de votre entreprise, nous vous proposons l'une de nos solutions en formation incendie adaptés à votre établissement.

**Cardio défi** innove et vous propose deux choix de formation en immersion grâce à la réalité augmentée et notre unité mobile de formation incendie !

## NOS SOLUTIONS

### 01 La réalité **augmentée**

En quelques minutes, vos salariés vivent une situation réelle de départ de feu jusqu'à l'évacuation, sans risque, grâce à la réalité augmentée. Pionnier dans le Haut-de-France, **Cardio Défi** associe expertise incendie et maîtrise du digital pour des formations immersives et efficaces.



### 02 L'unité mobile **légère**

Notre unité mobile vient directement dans vos locaux. À bord, un instructeur qualifié assure la théorie et la pratique sur feux réels. Jusqu'à 32 personnes formées par jour, dans un grand confort.



**Prêt à former vos équipes ?  
Découvrez nos solutions en détail.**

# SOLUTION DE FORMATION EN SECURITE INCENDIE

## LA RÉALITÉ AUGMENTÉE

LA SOLUTION LA PLUS SIMPLE ET LA PLUS COMPLETE POUR VOS FORMATION INCENDIE  
EPI - RIA

**Journée Sécurité - Formation extincteur - Formation EPI**



**CARDIO DEFI** vous propose la formation incendie en réalité augmentée, la solution qui vous va vous permettre de former en quelques minutes vos salariés à la chronologie d'une situation d'un départ de feu jusqu'à l'évacuation !

**CARDIO DEFI** est un pionnier de la formation incendie en réalité augmentée dans le Haut de France, la compétence de nos formateurs incendie est aujourd'hui associée à celle du digital avec les outils de formation en réalité augmentée maîtrisés par chacun afin de l'intégrer au mieux dans nos formations.

### Objectifs :

- Former sur la conduite à tenir en cas de départ de feu
- Former à l'utilisation d'un extincteur (eau + CO2)

### Dans ce scénario le collaborateur :

- Vis une situation de départ de feu en effectuant la chronologie des consignes de sécurité incendie
- Choisit l'extincteur approprié en fonction du type de feu
- Apprend à utiliser un extincteur

### Procédure :

- Gestes attendus jusqu'à l'arrivée des secours
- 5 minutes / passage
- Alarme / Alerte / Extinction / Evacuation

Notre module de formation incendie en réalité augmentée s'intègre parfaitement dans la formation d'**équipier de première intervention** (EPI) ou de **premier témoin incendie** (PTI). Nous vous plongeons dans des situations réalistes, sans risque d'incendie réel, permettant ainsi un apprentissage efficace. Vos collaborateurs auront le temps de suivre la marche à suivre sans précipitation. Investissez dans la formation à la manipulation des extincteurs en réalité augmentée pour des sessions de formation plus pratiques et économiques.

### Type de session :

- Manipulation des extincteurs  
8 participants maximum
- EPI / PTI  
8 participants maximum

1h30

3h30

**Tarif :**

**Sur devis**

**Nous contacter**

# SOLUTION DE FORMATION EN SECURITE INCENDIE

## UNITE MOBILE LEGERE

Journée Sécurité - Formation extincteur - Formation EPI



A bord de nos véhicules, les stagiaires bénéficieront de cours théorique et pratique assurés par un instructeur qualifié en sécurité incendie. Notre unité mobile de formation à la sécurité incendie permet la formation de 16 à 32 personnes par jour assises dans un grand confort, un système de pédagogie virtuel exclusif ainsi qu'un espace pratique sur 2 à 3 types de feux réels (corbeille, écran plat, etc.)



1H30 par  
session



1 à 8  
personnes



2 à 4 sessions  
par jour

Notre expérience vous permettra de répondre dans un environnement de qualité, propre et sécurisé sur l'ensemble du territoire :

- Aux obligations de sécurité incendie du **code du travail** (PTI,EPI..).
- Aux obligations de sécurité incendie des **Etablissements Recevant du public** (EPI, ESI...).

### Objectifs pédagogiques:

- Acquérir les notions élémentaires de naissance et de propagation d'un incendie
- Acquérir les bonnes pratiques quotidiennes de prévention du risque incendie

### Compétences développées :

1. Être capable de donner l'alerte rapidement
2. Être capable d'intervenir au début d'incendie dans le respect des consignes de sécurité
3. Être capable de reconnaître son secteur, ses missions dans le cadre d'une procédure d'évacuation et les procédures d'extinction spécifiques

Tarif : **sur devis**

**Nous contacter**

**Qualiopi**  
processus certifié

■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au  
titre de la catégorie d'action suivante :  
**ACTIONS DE FORMATION**

Page 7 sur 10

**CARDIO DEFI**  
Formations & Equipements

# NOS EQUIPEMENTS

Nous proposons des équipements professionnels pour équiper vos équipes durablement.



## Couverture anti-feu

NOUVEAU

### BRIDGEHILL

Les couvertures anti-feu BRIDGEHILL offrent une protection rapide et efficace contre les incendies, permettant d'éteindre les flammes en quelques secondes. Idéales pour les voitures, batterie Lithium, chariot élévateur... Elles garantissent une sécurité optimale en cas d'urgence.

## Lifepack CR2+ Défibrillateurs

Ce DAE (Défibrillateur Automatisé Externe) est un produit de défibrillation de pointe. Sa fonction bilingue permet à tout un chacun de suivre les consignes tout au long de la réanimation qu'il prodigue sur autrui. Il est le seul DAE à adapter la force de ses chocs électriques au rythme cardiaque du patient afin de faciliter la prise en main aux personnes n'ayant pas suivi de formation médicale.



## Trousse de secours

Nos trousse de secours apportent tout le matériel nécessaire aux premiers secours. Adaptée aux métiers du bâtiment, de la viticulture, de l'industrie, mais aussi aux métiers de la chimie et aux sportifs, notre trousse de secours est une réelle sécurité qu'il vous est essentiel de détenir au sein de vos locaux.



# NOS EQUIPEMENTS



## Extincteurs

Traitez efficacement les feux de classe A, B et C en optant pour l'un de nos 3 extincteurs.

Les extincteurs à CO2 sont adaptés aux feux de classe B, ceux à eau avec additifs pour ceux de classe A et B, et à poudre pour ceux de classe A, B et C. Ces extincteurs peuvent être accompagnés d'un marquage au sol afin d'assurer leur distinction au sein de vos locaux et, ainsi, les rendre plus accessibles.

## Marquage au sol

Le marquage au sol consiste à indiquer les cheminements d'évacuation, les portes de secours et les équipements de lutte contre l'incendie. Réalisés avec des produits spécifiques résistants au feu, il est obligatoire dans les ERP (Établissements Recevant du Public) et les IGH (Immeuble a grande hauteur) pour garantir la sécurité des personnes et faciliter l'intervention des secours en cas d'incendie.



Pour plus d'informations, rendez vous sur [www.cardio-defi.com](http://www.cardio-defi.com)

# NOS CONSEILS

Cardio Défi vous accompagne dans vos démarches réglementaires !

Tout établissement recevant du public est soumis à des obligations strictes en matière de sécurité. **Cardio Défi** vous accompagne dans la constitution de votre dossier ERP, de A à Z, pour vous assurer une mise en conformité complète et sereine.

CE QUE NOUS PRENONS EN CHARGE

## RÉALISATION DU DOSSIER ERP

1

**FORMULAIRE CERFA 13824\*04**

2

**NOTICE DE SÉCURITÉ**

3

**NOTICE D'ACCESSIBILITÉ**

4

**PLANS CONFORMES**

+

**DEMANDES DE DÉROGATIONS ÉVENTUELLES**

+

**PLANS D'ÉVACUATION SUR DEMANDE**

**BESOIN D'UN ACCOMPAGNEMENT SUR VOTRE DOSSIER ERP ?  
CONTACTEZ-NOUS POUR UN DEVIS PERSONNALISÉ.**



# CARDIO DEFI

Formations & Equipements

CARDIO DEFI, c'est 10 ans d'expertise dans la formation au service de la sécurité au travail.

C'est aussi et surtout des rencontres, des collaborations basées sur la confiance, un échange riche, un véritable partage...

Ensemble, avançons **vers un monde plus sûr.**

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par mail

(de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h30)

## Rejoignez-nous sur :



[www.cardio-defi.com](http://www.cardio-defi.com)



[cardio-défi](https://www.instagram.com/cardio-défi)



[cardio\\_defi](https://www.facebook.com/cardio_defi)



[Cardio-Defi](https://www.linkedin.com/company/Cardio-Defi)

## Contact :

**Agence Lille Templemars**

**03 59 37 20 78**

1 rue de la communication

59175 Templemars

**Valentin GACI**

**07 51 63 19 53**

**Valentin.gaci@cardio-defi.com**