



Programme de formation MAC - Sauveteur Secouriste du Travail

Objectifs de la formation

Maintenir et actualiser ses compétences de sauveteur secouriste du travail (SST) et contribuer à la prévention des risques professionnels en entreprise. Être capable d'intervenir sur une situation d'accident du travail en appliquant les techniques enseignées.

Public visé

Salariés d'entreprise certifiés sauveteur secouriste du travail dont la date de validité arrive à échéance.

Prérequis

Être déjà certifié sauveteur secouriste du travail lors d'une formation initiale SST.

Durée

1 journée de 07H00.

Effectifs

Groupe composé de 4 à 10 apprenants.

Maintien des connaissances

Maintien et actualisation des compétences (MAC) d'une durée de 07H00 à renouveler tous les 24 mois.

Objectifs pédagogiques :

- Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
- Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention
- Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise
- Protéger de façon adaptée
- Examiner la victime
- Garantir une alerte en favorisant l'arrivée des secours adaptés au plus près de la victime
- Secourir la victime de manière appropriée

Méthode et moyens pédagogiques

- Formation apportant les compétences théoriques via un support Power Point, tout en privilégiant les interactions formateur / stagiaires.
- Ordinateur, vidéoprojecteur, support de cours projeté, écran de projection, plan d'intervention INRS

Version 2026

Programme de formation MAC - Sauveteur Secouriste du Travail

Matériel de simulation

Matériel de formation en adéquation avec les recommandations de l'INRS.

- Mannequin adulte
- Mannequin enfant
- Mannequin nourrisson
- Mannequin de désobstruction des voies aériennes
- Défibrillateur de formation
- Tête en coupe
- Matériel de simulation de blessures
- Trousse de premiers secours
- Tapis de sol
- Couverture

Qualifications de l'intervenant

- Formateur SST à jour de ses validations.

Méthodes et modalités d'évaluation

A l'issue de la formation, sous réserve de l'acquisition des compétences demandées, le stagiaire se voit renouveler son certificat de « Sauveteur Secouriste du Travail ».

Validation par une épreuve théorique et pratique lors d'un cas simulé d'accident du travail.

- Grille de certification de l'INRS

Modalités d'accessibilité



Si vous êtes en situation de handicap temporaire ou permanent ou si vous souffrez d'un trouble de santé invalidant, nos conseillers sont à votre disposition pour prendre en compte vos besoins, envisager les possibilités d'aménagement spécifiques et résoudre dans la mesure du possible vos problèmes d'accessibilité.

Modalités d'accès

Après signature de l'organisme de formation et du bénéficiaire de la convention de formation

Délais d'accès

7 jours avant la date d'entrée en formation

Version 2026

Programme de formation MAC - Sauveteur Secouriste du Travail

Déroulé pédagogique

1 / Présentation de la formation SST, et des objectifs à atteindre. Durée 10 minutes

2 / Prévention. Durée 02h00

- Participer à la prévention des risques de transmission du COVID-19
- Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
- Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention
- Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise

3 / Secourir. Durée 03h50

- Protéger de façon adaptée
- Examiner la victime
- Garantir une alerte favorisant l'arrivée des secours adaptés au plus près de la victime
- Secourir la victime de manière appropriée
 - La victime saigne abondamment
 - La victime s'étouffe
 - La victime se plaint de malaise
 - La victime se plaint de brûlure
 - La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements
 - La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment
 - La victime ne répond pas mais elle respire
 - La victime ne répond pas et ne respire pas

6 / Epreuves certificatives. Durée 50 minutes

7 / Bilan de formation. Durée 10 minutes

Version 2026