



Programme de formation Sauveteur Secouriste du Travail

Objectifs de formation

Apporter aux salariés les connaissances et compétences nécessaires qui leur permettront d'être acteur de la prévention des risques professionnels en entreprise et d'intervenir sur une situation d'accident du travail.

Public visé

Tout salarié d'entreprise.

Prérequis

Aucun.

Durée

14 heures réparties sur deux journées.

Effectifs

Groupe composé de 4 à 10 apprenants.

Maintien des connaissances

Maintien et actualisation des compétences sauveteur secouriste du travail (MAC-SST) d'une durée de 07heures 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 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 délivrer 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 Sauveteur Secouriste du Travail

Déroulé pédagogique

Journée 1 :

1 / Présentation de la formation SST, et des objectifs à atteindre. Durée 15 minutes

2 / Prévention. Durée 03h00

- Participer à la prévention des risques de transmission du COVID-19 - Durée 10 minutes
- Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise - Durée 01h40
- Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail - Durée 25 minutes
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention- Durée 25 minutes
- Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise - Durée 20 minutes

3 / Secourir - Durée 03h50

- Protéger de façon adaptée - Durée 30 minutes
- Examiner la victime - Durée 25 minutes
- Garantir une alerte favorisant l'arrivée des secours adaptés au plus près de la victime - Durée 20 minutes
- Secourir la victime de manière appropriée
 - La victime saigne abondamment - Durée 55 minutes
 - La victime s'étouffe - Durée 40 minutes
 - La victime se plaint de malaise - Durée 01h00

Journée 2

4 / Réveil pédagogique - Durée 30 minutes

5 / Secourir- Durée 03h55

- Secourir la victime de manière appropriée
 - La victime se plaint de brûlure - Durée 20 minutes
 - La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements - Durée 25 minutes
 - La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment - Durée 35 minutes
 - La victime ne répond pas mais elle respire - Durée 55 minutes
 - La victime ne répond pas et ne respire pas - Durée 01h40

6 / Ateliers d'entraînement et de perfectionnement à la réalisation des gestes - Durée 20 minutes

7 / Epreuves certificatives - Durée 02h00

8 / Bilan de formation - Durée 10 minutes

Version 2026