

# La formation MAC SST (Maintien et Actualisation des Compétences Sauveteur Secouriste du Travail)



Maintien et actualisation des compétences de sauveteur secouriste du travail. Obligatoire pour continuer à exercer en sauveteur secouriste du travail. Cette formation d'une journée (7h) permet aux salariés de revoir les gestes de secours et d'actualiser leurs connaissances en préventions des risques professionnels grâce à des mises en situations pratiques.

lunel, 34400

Faisable en entreprise

**Satisfaction**  
96%

**Réussite**  
98%

**Durée**  
7 Heures

**Prix**  
Sur devis

## Contenu de la formation

### La formation MAC SST (Maintien et Actualisation des Compétences Sauveteur Secouriste du Travail)

#### Objectifs de la formation

La formation MAC SST (Maintien et Actualisation des Compétences Sauveteur Secouriste du Travail) permet au titulaire du certificat SST de :

- Maintenir et actualiser ses compétences en matière de secours à la victime
- Actualiser ses connaissances en prévention des risques professionnels
- Réviser les gestes de premiers secours et les conduites à tenir face à des situations d'accidents du travail
- Poursuivre sa participation active à la démarche de prévention de l'entreprise

Cette formation est obligatoire afin de renouveler la validité du certificat SST tous les 24 mois, conformément aux préconisations de l'INRS.

#### Public cible

Tout salarié titulaire d'un certificat Sauveteur Secouriste du Travail (SST) arrivant à échéance.

#### Prérequis

- Être titulaire d'un certificat SST valide ou expiré depuis moins de 24 mois

## **Durée**

- 7 heures (1 jour)
- Présence obligatoire sur l'intégralité de la session

## **Encadrement**

- Formateur SST certifié par l'INRS, à jour de certification et spécialiste en prévention des risques professionnels

## **Domaines de compétences visés**

**DC1 – Intervenir face à une situation d'accident du travail**

**DC2 – Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise**

## **Contenu de la formation**

Après un accueil convivial et un échange sur les expériences vécues depuis la dernière formation, les thématiques suivantes seront abordées de manière interactive, ludique et pratique :

### **1. Actualisation des connaissances SST**

- Rappel du rôle et des missions du SST dans l'entreprise
- Évolutions éventuelles du référentiel INRS
- Retour d'expérience des participants

### **2. Prévention des risques professionnels**

- Rappel du mécanisme d'apparition d'un accident du travail
- Identification des situations dangereuses
- Repérage des risques professionnels spécifiques à l'activité
- Contribution du SST à la démarche de prévention
- Utilisation des outils de remontée d'informations

### **3. Révision des gestes de secours**

- Protéger de façon adaptée
- Examiner la victime
- Alerter ou faire alerter

### **4. Intervenir efficacement face à une situation d'accident**

Mises en situation pratiques portant sur :

- Les saignements abondants
- Les étouffements
- Les malaises
- L'inconscience (PLS)

**Occi'Forma**

occiforma@gmail.com

0762519090

• Les brûlures

361 rue de la libération 361 rue de la libération 34400 Lunel

qhselib.com - imprimé le 06/01/2026

- Les traumatismes

- Les plaies

#### **?Méthodes pédagogiques**

- Alternance d'apports théoriques et de mises en situation pratiques
- Méthodes actives basées sur l'immersion, l'expérimentation et le partage d'expérience
- Études de cas concrets issus du milieu professionnel
- Utilisation de matériel pédagogique conforme au référentiel SST

#### **Modalités d'évaluation**

- Évaluation continue tout au long de la formation
- Mise en situation pratique d'accident du travail simulée En cas de réussite aux épreuves certificatives :
- Délivrance d'un nouveau certificat SST valable 24 mois

#### **Renouvellement**

La formation MAC SST doit être renouvelée tous les 24 mois afin de maintenir la validité du certificat Sauveteur Secouriste du Travail.

*Formation conforme au référentiel INRS en vigueur*