

# Sauveteur Secouriste du Travail - Mise à jour des compétences

## Public et prérequis

Salariés titulaires du certificat SST souhaitant renouveler leur habilitation dans le délai des 24 mois.

Groupe de 4 à 10 personnes.

Être détenteur d'un certificat SST en cours de validité.

Aptitude physique compatible avec la réalisation des gestes de secours.

RÉFÉRENCE  
QSE-030

## Les objectifs

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Actualiser ses compétences en prévention et en secours.
- Réviser les gestes de premiers secours dans le respect du référentiel INRS.
- Analyser et améliorer ses pratiques d'intervention en situation d'accident.
- Mettre à jour ses connaissances sur l'évolution des risques professionnels de l'entreprise.
- Intervenir avec réactivité, sécurité et efficacité sur une victime.
- Consolider son rôle dans la démarche de prévention de l'entreprise.

CENTRES DE FORMATION  
NEVERS, AUXERRE

DURÉE DE LA FORMATION  
1 jour / 7 heures

ACCUEIL PSH

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.

## Modalité d'évaluation

Conformément au référentiel SST :

Évaluation continue lors des gestes et mises en situation.

Épreuve certificative : mise en situation d'accident avec grille officielle INRS.

## Contenu de la formation

### 1. Retour d'expériences et actualisation des connaissances

- Échanges sur les situations rencontrées ou observées dans l'entreprise.
- Évolutions du référentiel INRS et rappels réglementaires.
- Rôle du SST dans la démarche de prévention.

### 2. Révision de la démarche d'intervention SST

- Protéger : sécuriser la zone et repérer les dangers persistants.
- Examiner : évaluation de l'état de la victime (saignement, conscience, respiration, ...).
- Faire alerter / alerter : formulation d'un message efficace.
- Secourir : rappel des conduites à tenir.

### 3. Exercices pratiques sur les situations d'urgence

Révision des gestes de premiers secours :

- Hémorragies et compressions.
- Obstruction des voies aériennes.
- Victime inconsciente : PLS.
- Victime en arrêt cardiorespiratoire : RCP + DAE.
- Malaises, brûlures, plaies, traumatismes.

## Les + Formation 58-89

- 1200 Jeunes formés par an
- 600 contrats d'alternance à pourvoir
- 500 entreprises partenaires
- Accompagnement individualisé
- Diplômes reconnus par l'Etat
- Savoir-être, management, sécurité
- Pédagogie innovante (par projets, en îlots, projet Voltaire, Olympiades des métiers)
- Equipement en machines modernes qui préparent aux métiers de demain

- o Actualisation des gestes selon mise à jour INRS.  
Ateliers pratiques intensifs en binômes ou petits groupes.

#### 4. Mises en situation et scénarios d'accidents

- o Simulations réalistes adaptées aux risques du secteur d'activité.
- o Mise en pratique de la démarche complète : Protéger – Examiner – Alerter – Secourir.
- o Débriefing collectif : analyse, bonnes pratiques, points d'amélioration.

#### 5. Prévention des risques professionnels

- o Rappel des fondamentaux : danger, risque, dommage.
- o Analyse de situations dangereuses dans l'entreprise.
- o Bilan des actions de prévention mises en place depuis le précédent SST.

### Validation et certification

Délivrance du renouvellement du certificat SST pour 24 mois.

### Date de mise à jour

26/11/2025