

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

FORMATION INITIALE

Durée	14 heures, pauses incluses
Prérequis	Aucun
Effectif	4 personnes minimum – 10 personnes maximum
Lieu	Dans les locaux de l'entreprise (intra-entreprise)
Tarif	250 € par stagiaire – groupe sur devis
Délai d'accès	15 jours en moyenne
Accessibilité	Formation accessible aux personnes en situation de handicap – nous contacter
Certification	Certificat SST – modèle national INRS, valable 24 mois

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

AVANT-PROPOS

La formation Sauveteur Secouriste du Travail (SST) est encadrée par un dispositif national piloté par l'INRS et le réseau Assurance maladie – Risques professionnels. Ce programme est établi conformément au document de référence du dispositif SST (version 8 – janvier 2021), au cahier des charges relatif à l'habilitation – dispositions spécifiques SST (version 6 – mars 2026) et au guide des données techniques et conduites à tenir (version 5 – janvier 2024).

FORMATION INITIALE – SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Public visé	Tout salarié souhaitant devenir sauveteur secouriste du travail. Cette formation permet à l'employeur de répondre à l'obligation de disposer de secouristes (art. R4224-15 du code du travail).
Prérequis	Aucun
Objectifs	À l'issue de la formation, le sauveteur secouriste du travail est capable d'intervenir face à une situation d'accident du travail et de mettre en application ses compétences en matière de prévention au profit de la santé et de la sécurité au travail, dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des procédures spécifiques fixées. Compétences visées : les 8 compétences du référentiel INRS (C1 à C8), détaillées dans la partie « Compétences visées » et déclinées en objectifs pédagogiques opérationnels pour chaque séquence dans la partie « Programme et contenu de la formation ».
Durée	14 heures en présentiel, pauses incluses (2 jours ou 4 demi-journées). Le temps consacré aux risques spécifiques de l'entreprise ou de la profession, défini avec le médecin du travail, s'ajoute à cette durée.
Effectif et lieu	De 4 à 10 stagiaires par session. Formation intra-entreprise, dans les locaux du client (salle adaptée aux mises en situation).
Modalités d'accès	Demande par téléphone ou par email. Un échange préalable permet d'analyser le besoin (effectif, situations de travail, risques spécifiques, besoins d'adaptation), puis un devis et une convention de formation sont établis. Inscription sans prérequis.
Délai d'accès	15 jours en moyenne entre la demande et le début de la formation, sous réserve de l'atteinte de l'effectif minimum.
Tarif	250 € par stagiaire. Tarif de groupe (intra-entreprise) sur devis.
Formateur	Formateur titulaire du certificat de Formateur SST (ou de Formateur de formateurs SST) en cours de validité.
Méthodes mobilisées	Méthodes actives et démonstratives : exposés interactifs, démonstrations en temps réel puis commentées, apprentissage des gestes en binôme ou trinôme, études de cas, accidents du travail simulés en lien avec les situations de travail des stagiaires. Outils INRS : plan d'intervention et plan d'actions prévention.
Modalités d'évaluation	Évaluation formative tout au long de la formation : observation individuelle des gestes, mises en situation, quiz nominatifs, suivi sur fiche individuelle. Deux épreuves certificatives organisées en fin de formation (durée totale ≤ 2 h), évaluées avec les grilles de certification INRS : • Épreuve n°1 (C2, C3, C4, C5) : intervention sur un accident du travail simulé – 7 min par stagiaire. • Épreuve n°2 (C1, C6, C7, C8) : questionnement sur le cadre réglementaire et la prévention – 5 min par stagiaire. Le certificat SST (modèle national) est délivré par l'entité habilitée aux candidats ayant suivi la totalité de la formation et validé les 8 compétences. En cas de compétence non acquise : nouveau passage si le temps le permet, sinon session de rattrapage (préconisée dans les 6 mois).
Validité et MAC	Certificat valable 24 mois. Sa prolongation est conditionnée au suivi d'un Maintien et Actualisation des Compétences (MAC) de 7 heures tous les 24 mois et à la réussite des épreuves certificatives.

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Équivalences et passerelles	Le certificat SST est un certificat national (modèle INRS), reconnu quelle que soit l'entreprise. Équivalence : les titulaires du certificat SST à jour de leur MAC sont réputés détenir l'unité d'enseignement « Prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) (arrêté du 5 décembre 2002, art. 1). Allègement de formation possible pour les titulaires du PSC1 de moins de 3 ans (ou à jour de formation continue), de l'AFGSU niveau 1 ou 2, du PSE1 ou du PSE2 : après vérification des compétences détenues, la durée est limitée aux seules compétences manquantes, défini par contrat avec le stagiaire. Le stagiaire passe néanmoins l'intégralité des épreuves certificatives. Les titulaires d'un certificat APS (acteur prévention secours) sont réputés détenir le certificat SST.
Suites de parcours possibles	Maintien et actualisation des compétences (MAC SST, 7 h) tous les 24 mois pour conserver le certificat. Formateur SST : accessible aux titulaires d'un certificat SST ou APS en cours de validité, après l'autoformation en ligne INRS « Acquérir des bases en prévention des risques professionnels » ; elle permet aussi, à jour de formation, de dispenser le PSC1. Prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP), pour approfondir la dimension prévention du rôle de SST. Premiers secours en équipe de niveau 1 (PSE1), pour une pratique du secourisme en équipe.
Documents remis	Aide-mémoire INRS « Sauvetage secourisme du travail » (ED 4085), attestation de fin de formation, certificat SST.
Matériel	Plan d'intervention + pictogrammes (obligatoire) ; plan d'actions prévention + pictogrammes ; défibrillateur automatisé externe de formation avec accessoires ; mannequins RCP adulte, enfant et nourrisson avec peaux de visage individuelles ; mannequin de désobstruction adulte ; matériel de simulation et de maquillage ; matériel d'entretien des mannequins et consommables ; vidéoprojecteur ; casque de réalité virtuelle (en complément).
Suivi	Feuille d'émargement signée par demi-journée, fiche de suivi individuelle, grilles de certification INRS archivées, questionnaire de satisfaction, attestation de fin de formation.
Accessibilité aux personnes en situation de handicap	Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Toute personne concernée est invitée à le signaler dès la demande d'inscription afin que notre référent handicap étudie avec elle, et avec l'entreprise, les adaptations possibles : supports, rythme, organisation des mises en situation, accessibilité de la salle. La délivrance du certificat SST reste soumise à la validation de l'ensemble des compétences selon les grilles de certification INRS. Si les adaptations nécessaires ne peuvent pas être mises en place, nous orientons la personne vers les partenaires spécialisés (Agefiph, Ressource Handicap Formation). Référent handicap : contact@shareformation.com – 07 69 78 13 57.
Contacts	Share Formation – 1 cour du Havre CS50101 Paris Téléphone : 07 69 78 13 57 – Email : contact@shareformation.com – Site : www.shareformation.com

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

COMPÉTENCES VISÉES (RÉFÉRENTIEL INRS – DOCUMENT DE RÉFÉRENCE V8)

Domaine de compétences	Compétence visée	Sous-compétences
DC1 Intervenir face à une situation d'accident du travail	**C1 –** Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise	**C1.1** Identifier le cadre juridique du rôle du SST **C1.2** Délimiter son champ d'intervention en matière de secours
DC1 Intervenir face à une situation d'accident du travail	**C2 –** Protéger de façon adaptée	**C2.1** Mettre en œuvre les mesures de protection décrites dans le processus d'alerte aux populations **C2.2** Identifier les dangers persistants et repérer les personnes qui pourraient y être exposées **C2.3** Supprimer ou isoler le danger persistant, ou soustraire la victime au danger persistant sans s'exposer soi-même
DC1 Intervenir face à une situation d'accident du travail	**C3 –** Examiner la victime	**C3.1** Rechercher, suivant un ordre déterminé, la présence d'un (ou plusieurs) des signes indiquant que la vie de la victime est immédiatement menacée **C3.2** Reconnaître les autres signes affectant la victime **C3.3** Prioriser les actions à réaliser en fonction des signes décelés et du résultat à atteindre
DC1 Intervenir face à une situation d'accident du travail	**C4 –** Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime	**C4.1** Définir les différents éléments du message d'alerte **C4.2** Identifier qui alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise **C4.3** Faire alerter par la personne la plus apte ou alerter soi-même
DC1 Intervenir face à une situation d'accident du travail	**C5 –** Secourir la victime de manière appropriée	**C5.1** Choisir à l'issue de l'examen l'action ou les actions à effectuer **C5.2** Réaliser l'action ou les actions choisie(s) en respectant la conduite à tenir indiquée dans le guide des données techniques **C5.3** Surveiller, jusqu'à la prise en charge de la victime par les secours spécialisés, l'amélioration ou l'aggravation de son état et adapter sa conduite si besoin
DC2 Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise	**C6 –** Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise	**C6.1** S'approprier les enjeux de la prévention pour en situer l'importance dans son entreprise **C6.2** Se positionner comme un des acteurs de la prévention dans son entreprise
DC2 Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise	**C7 –** Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail	**C7.1** Repérer des dangers et informer les personnes qui pourraient y être exposées **C7.2** Déterminer des risques et leurs dommages potentiels
DC2 Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise	**C8 –** Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention	**C8.1** Supprimer ou à défaut réduire les risques sur lesquels il est possible d'agir directement **C8.2** Transmettre aux personnes en charge de la prévention les éléments liés à toute situation dangereuse repérée **C8.3** Proposer, si possible, des pistes d'amélioration

Les objectifs pédagogiques opérationnels (codes OP) déclinent ces sous-compétences séquence par séquence. Leur détail, les contenus, les activités et les modalités d'évaluation formative figurent dans le déroulé pédagogique (réf. 61-MA-deroule_pedagogique_SST_V05).

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

PROGRAMME ET CONTENU DE LA FORMATION PAR DEMI-JOURNÉE

Durées pauses incluses. Les risques spécifiques à l'entreprise ou à la profession (contenu et durée définis avec le chef d'établissement et le médecin du travail) s'ajoutent à cette durée.

1re demi-journée

Séquence / compétence visée	Objectifs pédagogiques opérationnels	Évaluation formative	Durée	Temps cumulé
S0 – Ouverture : accueil, présentation, positionnement	**OP0-a** Identifier les objectifs, le déroulé, les horaires et les modalités d'évaluation formative et certificative de la formation.	Questionnaire de positionnement individuel (évaluation diagnostique)	15 min	**15 min**
S1 – Rôle du SST dans la prévention C6 – Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise	**OP6.1-a** Différencier accident du travail, accident de trajet et maladie professionnelle à partir d'exemples. **OP6.1-b** Citer au moins deux enjeux (humains, sociaux, économiques, juridiques) de la prévention des risques professionnels. **OP6.2-a** Nommer les acteurs internes et externes de la prévention de son entreprise et situer le SST parmi eux.	Quiz individuel nominatif (Kahoot) de 5 questions ; Restitution de la carte des acteurs	30 min	**45 min**
S2 – Cadre juridique et champ d'intervention du SST C1 – Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise	**OP1.1-a** Citer l'obligation de porter secours (art. 223-6 du code pénal) et les articles du code du travail qui fondent la présence du SST (R4224-15 et R4224-16). **OP1.1-b** Expliquer les conséquences possibles d'une abstention de porter secours ou d'une intervention dépassant ses compétences. **OP1.2-a** Indiquer, pour une situation donnée, si elle relève de l'intervention du SST et justifier par les limites de son champ d'intervention. **OP1.2-b** Repérer dans l'organisation des secours de son entreprise les consignes, le matériel de secours et les personnes ressources.	Questionnement oral individuel sur les 3 situations	30 min	**1 h 15**
PAUSE			15 min	1 h 30
S3 – Protéger de façon adaptée C2 – Protéger de façon adaptée	**OP2.1-a** Décrire les consignes de protection à appliquer à l'écoute du Signal national d'alerte ou à la réception d'un message FR-Alert. **OP2.2-a** À partir d'une situation d'accident, repérer le ou les dangers persistants et les personnes qui y sont exposées (victime, témoins, SST). **OP2.3-a** Choisir et réaliser l'action de protection adaptée : supprimer le danger, l'isoler ou, à défaut, soustraire la victime (dégagement d'urgence), sans s'exposer. **OP2.3-b** Reconnaître un danger non maîtrisable et, dans ce cas, baliser à distance et faire alerter sans intervenir.	Observation par le formateur des 3 mini-situations ; Observation du dégagement d'urgence	45 min	**2 h 15**
S4 – Examiner la victime C3 – Examiner la victime	**OP3.1-a** Rechercher dans l'ordre du guide des données techniques les signes indiquant que la vie de la victime est menacée : saignement abondant, étouffement, absence de réponse, absence de respiration. **OP3.2-a** Reconnaître les autres signes (plaintes, sensations pénibles, signes anormaux) en questionnant et en observant la victime. **OP3.3-a** Annoncer l'action prioritaire à réaliser en fonction des signes décelés et du résultat à atteindre.	Observation en trinôme avec fiche observateur, validée par le formateur	45 min	**3 h 00**
S5 – Garantir une alerte adaptée C4 – Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime	**OP4.1-a** Énoncer les éléments du message d'alerte et répondre aux questions de l'opérateur. **OP4.2-a** Identifier qui alerter (secours internes, 15, 18, 112, 114) en fonction de l'organisation des secours de l'entreprise. **OP4.3-a** Choisir la personne la plus apte à alerter, lui transmettre les consignes, ou alerter soi-même, et organiser l'accueil des secours.	Simulation d'appel individuelle observée	30 min	**3 h 30**

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

2e demi-journée

Séquence / compétence visée	Objectifs pédagogiques opérationnels	Évaluation formative	Durée	Temps cumulé
S6 – Secourir : la victime saigne abondamment C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-a** À l'issue de l'examen, choisir l'action adaptée à un saignement abondant. **OP5.2-a** Réaliser une compression directe, puis un pansement compressif, conformément au guide V5. **OP5.2-b** Poser un garrot lorsque la compression est inefficace ou impossible, conformément au guide V5. **OP5.3-a** Surveiller la victime jusqu'à l'arrivée des secours et adapter sa conduite.	Observation des gestes en binôme puis en situation simulée	45 min	**4 h 15**
S7 – Secourir : la victime s'étouffe C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-b** Distinguer une obstruction partielle d'une obstruction totale des voies aériennes et choisir la conduite à tenir. **OP5.2-c** Réaliser les claques dans le dos et les compressions abdominales sur un adulte et un enfant. **OP5.2-d** Réaliser les claques dans le dos et les compressions thoraciques sur un nourrisson, une personne obèse ou une femme enceinte. **OP5.3-b** Surveiller la victime après désobstruction et adapter sa conduite si elle perd connaissance.	Observation individuelle sur mannequin	45 min	**5 h 00**
PAUSE			15 min	5 h 15
S8 – Secourir : la victime fait un malaise C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-c** Reconnaître les signes d'un malaise et choisir la conduite à tenir. **OP5.2-e** Mettre la victime au repos, la questionner (signes, durée, antécédents, traitements) et transmettre ces éléments lors de l'alerte. **OP5.3-c** Surveiller l'évolution et appliquer les consignes données par le médecin régulateur.	Observation en trinôme	30 min	**5 h 45**
S9 – Secourir : la victime se plaint de brûlures C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-d** Identifier le type de brûlure (thermique, chimique, électrique, interne) et sa gravité. **OP5.2-f** Appliquer la conduite à tenir adaptée (refroidissement à l'eau, position, cas particuliers) conformément au guide V5. **OP5.3-d** Surveiller la victime et adapter sa conduite.	Analyse de cas individuelle + observation en situation simulée	25 min	**6 h 10**
S10 – Secourir : douleur empêchant certains mouvements C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-e** Reconnaître une atteinte traumatique (douleur, impossibilité de bouger) et choisir la conduite à tenir. **OP5.2-g** Demander à la victime de ne pas bouger et éviter toute mobilisation, conformément au guide V5. **OP5.3-e** Surveiller la victime jusqu'à la prise en charge par les secours.	Observation en trinôme	25 min	**6 h 35**
S11 – Secourir : plaie qui ne saigne pas abondamment C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-f** Distinguer une plaie grave d'une plaie simple selon les critères du guide V5. **OP5.2-h** Installer la victime d'une plaie grave dans la position d'attente adaptée et faire alerter. **OP5.2-i** Nettoyer et protéger une plaie simple et donner les conseils adaptés. **OP5.3-f** Surveiller la victime et adapter sa conduite.	Classement individuel + observation des positions	25 min	**7 h 00**

3e demi-journée

Séquence / compétence visée	Objectifs pédagogiques opérationnels	Évaluation formative	Durée	Temps cumulé
S12 – Secourir : la victime ne répond pas mais respire C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-g** À l'issue de l'examen, reconnaître une victime qui ne répond pas mais respire et choisir la mise en position latérale de sécurité (PLS). **OP5.2-j** Réaliser une PLS sur un adulte, un enfant et un nourrisson, y compris dans les cas particuliers prévus par le guide V5. **OP5.3-g** Surveiller la respiration et adapter sa conduite en cas d'arrêt respiratoire.	Observation individuelle	40 min	**7 h 40**
S13 – Secourir : la victime ne répond pas et ne respire pas (RCP + DAE) C5 – Secourir la victime de manière appropriée	**OP5.1-h** À l'issue de l'examen, reconnaître l'arrêt cardiaque et faire alerter immédiatement en demandant un DAE. **OP5.2-k** Réaliser une réanimation cardio-pulmonaire (compressions thoraciques et insufflations) sur un adulte, un enfant et un nourrisson, conformément au guide V5. **OP5.2-l** Mettre en œuvre un DAE dès son arrivée en suivant ses instructions, en relais avec un autre sauveteur. **OP5.3-h** Poursuivre la réanimation jusqu'au relais par les secours et adapter sa conduite en cas de reprise de la respiration.	Observation individuelle avec grille de gestes (position des mains, profondeur, fréquence, relâchement, insufflations, DAE)	1 h 20	**9 h 00**

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Séquence / compétence visée	Objectifs pédagogiques opérationnels	Évaluation formative	Durée	Temps cumulé
PAUSE			15 min	9 h 15
S14 – Repérer les dangers et caractériser les risques C7 – Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail	**OP7.1-a** Repérer au moins 3 dangers dans une situation de travail et identifier les personnes qui y sont exposées. **OP7.1-b** Informer oralement les personnes exposées du danger repéré. **OP7.2-a** Décrire, pour un danger repéré, le mécanisme d'apparition du dommage (danger, situation dangereuse, événement déclencheur, dommage). **OP7.2-b** Estimer les dommages potentiels liés à ce risque.	Étude de cas en binôme restituée oralement	45 min	**10 h 00**
S15 – Agir, transmettre et proposer des actions de prévention C8 – Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention	**OP8.1-a** Proposer une action pour supprimer ou réduire un risque sur lequel il peut agir directement, en s'appuyant sur les principes généraux de prévention. **OP8.2-a** Transmettre à la personne en charge de la prévention les éléments d'une situation dangereuse repérée (quoi, où, qui est exposé, risques, actions déjà réalisées). **OP8.3-a** Formuler au moins une piste d'amélioration en privilégiant la protection collective.	Plan d'actions prévention complété et transmission simulée observée	30 min	**10 h 30**

4e demi-journée

Séquence / compétence visée	Objectifs pédagogiques opérationnels	Évaluation formative	Durée	Temps cumulé
S16 – Cas concrets de synthèse (évaluation formative) C1–C8	**OP-S-a** Intervenir sur un accident du travail simulé en enchaînant protéger, examiner, faire alerter et secourir. **OP-S-b** Expliquer, lors du débriefing, ses choix d'action et les liens avec la prévention.	Observation formative globale sur fiche de suivi individuelle	1 h 00	**11 h 30**
PAUSE			15 min	11 h 45
S17 – Épreuves certificatives n°1 et n°2 C1–C8	**EC1 / EC2** Épreuves certificatives n°1 (C2, C3, C4, C5) et n°2 (C1, C6, C7, C8) – voir « Modalités d'évaluation ».	Évaluation certificative individuelle	2 h 00	**13 h 45**
S18 – Bilan, évaluation de la formation et clôture	**OP-B-a** Exprimer son niveau de satisfaction et ses axes de progrès.	Questionnaire de satisfaction à chaud	15 min	**14 h 00**

SHARE FORMATION – 1 cour du Havre CS50101 Paris – SIRET : 84535551000023 – APE 8559A
Tél : 0769781357 – Email : contact@shareformation.com – Web : www.shareformation.com
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11756806175 auprès du Préfet de la Région Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.