

FORMATION Recyclage Sauveteur Secouriste du Travail



MAC SST - Maintien et Actualisation des Compétences (Recyclage) Sauveteur Secouriste du Travail

Version 2 Mise à jour le 2 Mars 2026

Objectif de la formation : (Version 8 – 01/2021)

Maintenir ses compétences de SST dans les domaines suivants :

- Intervenir face à une situation d'accident du travail
- Contribuer à la prévention des risques professionnels dans son entreprise

Modalités d'évaluation : 2 évaluations certificatives qui ont lieu en fin de formation, consistent en une mise en situation d'accident du travail simulée, ainsi que d'un échange et un questionnement simple par le formateur, selon la grille de certification des compétences du SST de l'INRS permettant de valider le stagiaire.

Durée : 7 h soit une journée de formation

Rythme et mode d'accompagnement : Temps plein en présentiel

Modalités d'accès : Analyse du besoin pouvant être réalisée par téléphone ou en présentiel mais également par mail avec notre formulaire en ligne en cliquant sur ce lien ["ma demande"](#)

Proposition commerciale valable 1 mois

Élaboration d'un contrat ou d'une convention de formation

Envoi d'une convocation précisant les modalités de déroulement de la formation

Stagiaires : 4 à 10 personnes

Prérequis : Être déjà titulaire du certificat de formation initiale SST

Public concerné : Toute personne apte à porter secours dans son établissement, ayant déjà obtenu son certificat SST

Maintien des connaissances : La formation MAC SST (Maintien et Actualisation des Compétences) est à effectuer dans les 24 mois. Il appartient à l'établissement qui le souhaite de mettre en place un MAC plus fréquent (recommandation annuelle).

Accessibilité : Formation accessible au public en situation de handicap, nécessite de pouvoir réaliser l'ensemble des gestes de secours et des objectifs.

Le stagiaire en situation de handicap qui est dans l'impossibilité de réaliser les gestes et d'atteindre les objectifs peut suivre la formation et se verra remettre une attestation de suivi de formation.

Lieu : Au sein de votre établissement, salle de location à proximité de votre établissement

Moyens et supports : Vidéoprojecteur, ordinateur, plan d'intervention SST, mannequins adulte/enfant/nourrisson, défibrillateur, maquillage.

Tenue et matériel(s) à prévoir : Tenue décontractée, nécessaire pour prendre des notes, votre téléphone portable, clef USB.

Délai d'accès : environ 15 jours à réception des documents contractuels signés

Intervenant : Formateur SST ayant son certificat validé par l'INRS

Attribution finale : Carte SST individuelle, Aide-mémoire SST en format numérique

Programme :

- Révision de l'ensemble des gestes et techniques :

-La victime saigne abondamment

-La victime s'étouffe

-La victime ne répond pas mais elle respire

-La victime ne répond pas et ne respire pas

-La victime se plaint de brûlures

- La victime se plaint de malaise
- La victime se plaint de douleurs empêchant certains mouvements

- Mise en situation du SST sur des situations adaptées à son environnement de travail afin de corriger avec lui les techniques
- Réponse à l'ensemble des questions, analyse des éventuelles interventions effectuées

L'enseignement alterne entre théorie et pratique avec un rapport d'environ **30/70**

Compétences attestées pour le maintien et actualisation des compétences :

Les compétences du sauveteur secouriste du travail se déclinent en 2 grands domaines de compétences :

- Domaine de compétences 1 : être capable d'intervenir face à une situation d'accident
- Domaine de compétences 2 : être capable de mettre en application ses compétences de SST au service de la prévention des risques professionnels de son entreprise.

Le 1er domaine de compétences comporte 5 compétences :

1. Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours de l'entreprise
2. Réaliser, à la survenue de l'accident, une protection adaptée
3. Examiner la victime pour mettre en œuvre l'action adaptée au résultat à obtenir
4. Alerter ou faire alerter les secours
5. Réaliser les gestes de secours à la victime adaptés

Le 2e domaine de compétences comporte 3 compétences :

1. Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention dans l'entreprise
2. Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail
3. Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention

Pour obtenir le certificat de sauveteur secouriste du travail, le stagiaire devra avoir validé lors des épreuves certificatives, l'ensemble des 8 compétences du référentiel de compétences.

Les 2 épreuves certificatives définies dans le référentiel de certification permettent d'évaluer ces 8 compétences.

Tarif formation HT : A partir de 850,00 €

Évaluation de la formation : mise à jour le 2 Mars 2026 Nombre de session : 5

-taux de satisfaction : 100%

-taux de réussite : 100%

-taux de recommandation : 100%

Nos taux sont calculés par rapport aux évaluations de nos participants

Références juridiques : Cette mission répond aux obligations fixées par le code du travail qui impose à l'employeur de prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs (**art. L.4121-1**) Ainsi qu'à l'obligation d'organisation des secours (**art. R.4224-16**) et la présence de secouristes (**art. R.4224-15**).

L'action du SST s'intègre également dans les obligations faites à l'employeur en matière de prévention des risques professionnels. Elle s'exerce dans le respect des conditions définies par l'entreprise, organisme ou établissement dans lequel il intervient.

Document de référence INRS : Guide des données techniques (V5 01/2024)