

# MAC SST — Maintien des Compétences

Recyclage obligatoire tous les 24 mois pour maintenir votre certification SST — révision des gestes qui sauvent et actualisation des pratiques

RISQ OF — [contact@risq-of.fr](mailto:contact@risq-of.fr) | [risq-of.fr](http://risq-of.fr) | Référentiel National Qualité — démarche Qualiopi en cours

<b>7 heures</b>	<b>1 jour</b>	<b>Présentiel</b>	<b>4 à 10 pers.</b>	<b>Certificat INRS</b>	<b>Sur devis</b>
DURÉE	FORMAT	MODALITÉ	GRUPE	SANCTION	TARIF

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- 1 Maintenir et actualiser ses compétences en sauvetage secourisme du travail
- 2 Intégrer les évolutions techniques et réglementaires depuis la dernière formation
- 3 Consolider la maîtrise des gestes d'urgence — RCP, DAE, PLS, Heimlich
- 4 Actualiser son rôle d'acteur de la prévention dans l'entreprise
- 5 Renouveler son certificat SST pour 24 mois supplémentaires

## PUBLIC VISÉ & PRÉREQUIS

### Public visé

- › Salariés titulaires du certificat SST
- › Certificat SST en cours de validité OU échu
- › Titulaires du certificat APS (équivalence)
- › Tous secteurs d'activité
- › Aucune limite d'expérience requise

### Prérequis obligatoire

- › Certificat SST délivré par une entité habilitée
- › Document de formation initiale à présenter
- › Adaptation handicap : [contact@risq-of.fr](mailto:contact@risq-of.fr)

## PROGRAMME DÉTAILLÉ — 4 MODULES

### 1 Retour d'expérience et actualités réglementaires

1h30 Théorie

- › Partage d'expériences — interventions réelles depuis la dernière formation
- › Évolutions du référentiel INRS V8 — nouveautés 2024
- › Actualisation du cadre réglementaire — Art. R4224-15, L4121
- › Nouvelles recommandations de la Branche AT/MP
- › Point sur le Passeport de Prévention (Décret n°2022-1434)

### 2 Révision — Protéger, Examiner, Alerter

1h30 Pratique

- › Révision de la démarche PROTÉGER — suppression du danger
- › Révision de l'examen de la victime — conscience, respiration
- › Révision de l'ALERTE — 15 (SAMU), 18 (pompiers), 112
- › Entraînement à la transmission du bilan complet
- › Cas concrets adaptés au secteur d'activité des stagiaires

### 3 Gestes de secours — Révision pratique intensive

3h Pratique

- › Compression manuelle et pose de garrot — saignement abondant
- › Position Latérale de Sécurité (PLS) — victime inconsciente
- › RCP adulte et enfant + DAE — entraînement mannequin
- › Désobstruction des voies aériennes — Heimlich, claques dorsales
- › Malaises, brûlures, traumatismes — conduites actualisées

### 4 Évaluation certificative

1h Évaluation

- › 8 compétences évaluées selon les grilles INRS en vigueur
- › Épreuve pratique — mise en situation sur mannequin
- › Épreuve sur le Plan d'Actions Prévention (PAP)
- › Certificat SST renouvelé pour 24 mois si compétences acquises
- › Équivalence PSC1 maintenue — Arrêté du 5 décembre 2002

#### ÉVALUATION

- › Avant — Quiz de positionnement des acquis
- › Pendant — Mises en situation pratiques
- › Après — 8 épreuves certificatives INRS

#### SANCTION

- › Certificat SST INRS renouvelé 24 mois
- › Équivalence PSC1 maintenue
- › Feuilles d'émargement

#### MÉTHODES

- › Retour d'expérience des stagiaires
- › Mises en situation sur mannequin
- › Utilisation DAE de formation
- › Groupes de 4 à 10 personnes

#### DÉLAI & LIEU

- › 2 à 4 semaines après convention signée
- › Intra-entreprise — dans vos locaux
- › Frais de déplacement au départ de Chelles (77500)

#### FINANCEMENT

- › Plan de développement des compétences
- › OPCO selon branche professionnelle
- › CPF — sous réserve éligibilité
- › Fonds propres entreprise

#### ACCESSIBILITÉ

- › Aucun prérequis physique particulier. Référente handicap : Samira Adada — [contact@risq-of.fr](mailto:contact@risq-of.fr)

### Renouveler le certificat SST de vos équipes ?

Recyclage obligatoire tous les 24 mois — devis gratuit sous 24h.

### Réserver mon audit gratuit — 30 min

[risq-of.fr](http://risq-of.fr) | [contact@risq-of.fr](mailto:contact@risq-of.fr)