

Programme de formation

Maintien et actualisation des compétences du certificat de Sauveteur Secouriste du Travail

MAJ le 01/2026

L'organisation et le contenu de cette formation répondent aux exigences des référentiels édités par l'INRS, à savoir, le manuel du Formateur (Version MAJ janvier 2024), Le document de référence (Version 8 01/2021), ainsi que le guide des données techniques et conduites à tenir (V5.01/2024).

Durée

7.00 heures, (1.00 jour)

Prérequis

- Être titulaire du certificat Sauveteur Secouriste du Travail

Objectif global de la formation

L'objectif de cette formation est de maintenir les compétences du SST définies dans le référentiel de formation, à un niveau au moins équivalent, voire supérieur à celui de sa formation initiale.

Objectifs pédagogiques

- Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
- Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention
- Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise
- Protéger de façon adaptée
- Examiner la victime
- Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime
- Secourir la victime de manière appropriée

Cap Formation Montpellier

El Gaëlle de Wangen

gaelle@cap-formation-montpellier.fr

06 59 17 54 58



Contenu de la formation

Jour 1 : Matin

- Retour d'expériences sur les actions menées en prévention et/ou secours
- Réinvestissement des connaissances en matière de prévention
- Actualisation des compétences du SST suite à la mise à jour de janvier 2024 de l'INRS :
 - Protéger - Examiner - Alerter
 - Secourir : La victime saigne abondamment ; La victime s'étouffe ; La victime se plaint d'un malaise ; La victime se plaint de brûlures

Jour 1 : Après-midi

- Actualisation des compétences du SST suite à la mise à jour de janvier 2024 de l'INRS :
 - Secourir : La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements ; La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment ; La victime ne répond pas mais elle respire ; La victime ne répond pas et ne respire pas
- Epreuves de certification
- Bilan de formation

Organisation de la formation

Formatrice : Gaëlle de Wangen

Titulaire du titre professionnel de "Formateur Professionnel d'adultes".

Formatrice Sauveteur Secouriste du travail depuis 2011, à jour du maintien et actualisation des compétences.

Formatrice en prévention des risques professionnels.

Ancienne secouriste bénévole et pompier volontaire.

Déroulement de la formation

- Selon dates définies ensemble
- Horaires : 9h à 12h30 et 13h30 à 17h (Possibilité d'adapter les horaires en fonction de vos besoins)

Lieu de formation

Dans nos locaux ou dans votre entreprise.

Cap Formation Montpellier | 15 chemin du bois 34570 PIGNAN | Numéro SIRET : 51420432000022 |

Numéro de déclaration d'activité : 76341005334 (auprès du préfet de région de : Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Organisme de formation certifié Qualiopi pour les actions de formation sous le n° de certificat : 24FOR01006.1

Cap Formation Montpellier

El Gaëlle de Wangen

gaelle@cap-formation-montpellier.fr

06 59 17 54 58



Moyens techniques

Un espace partagé Drive est mis en place pour les participants.

Tout le matériel nécessaire à l'organisation de la formation est mis à disposition par la formatrice.

Nous disposons de tous le matériel obligatoire (Plan d'action prévention, Plan d'intervention, mannequins adultes, enfants et nourrissons, Défibrillateur de démonstration, tapis de sol, couverture, divers matériels pour les mises en situation).

Nous investissons régulièrement dans l'achat de matériel afin de proposer des outils performants et réalistes comme un mannequin connecté pour réaliser les compressions thoraciques ou encore « une veste Heimlich » permettant de réaliser les gestes de désobstruction chez l'adulte.

Une couverture de survie est offerte à la fin de la formation à chaque participant.

Moyens pédagogiques

- Supports de formation projetés
- Exposé participatif
- Mises en situation

Ressources pédagogiques

Le livret « Aide-mémoire » de l'INRS (ED 4085 révisé en mai 2023) est remis à chaque participant en version papier.

Ce document est conçu par l'INRS et **doit obligatoirement être remis aux participants** à l'issue de la formation initiale et, le cas échéant, à l'issue du MAC en cas de perte ou de mise à jour.

Des ressources complémentaires sont mises à disposition dans l'espace extranet des participants.

Modalités d'évaluation

Avant la formation

Un questionnaire est envoyé à chaque participant afin d'identifier les besoins et d'évaluer le niveau des participants à l'entrée en formation.

En cours de formation

Différentes évaluations seront réalisées durant la formation afin de s'assurer de la bonne progression des participants.

A la fin de la formation

Une évaluation de l'atteinte des objectifs est réalisée lors de l'épreuve certificative.

Un certificat de réalisation de l'action de formation est remis aux participants.

Cap Formation Montpellier

El Gaëlle de Wangen

gaelle@cap-formation-montpellier.fr

06 59 17 54 58



Détails de la certification

Cap Formation Montpellier est un organisme de formation habilité par l'INRS depuis le 23/09/2014 sur le dispositif « Formation Sauveteur Secouriste du Travail » pour les acteurs SST.

A ce titre, la certification est gérée et déclarée par notre organisme qui émet également les cartes SST.

Les critères d'évaluation utilisés pour cette validation sont ceux définis par l'INRS, dans le référentiel de certification des Sauveteurs Secouristes du Travail et transcrits dans une grille de certification individuelle (document INRS), utilisée lors de chaque formation maintien et actualisation des compétences.

La certification est composée de 2 épreuves (6 min par personne).

Epreuve 1 : A partir d'une situation d'accident du travail simulée, le candidat devra démontrer qu'il a les compétences pour intervenir efficacement face à la situation proposée. Il n'est pas demandé au stagiaire de réaliser la totalité de l'action.

Epreuve 2 : Avec comme support la mise en situation de travail simulée de l'épreuve 1, le candidat devra répondre à un questionnaire simple portant sur ses compétences en matière de prévention. Cette épreuve peut être réalisée sous différents formats, soit par un entretien direct avec le formateur, soit en plénière.

La validité de ce certificat est fixée à deux ans, et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'un stage "Maintien et Actualisation des Compétences" (MAC SST) tous les 24 mois, ainsi qu'à la réussite aux épreuves certificatives.

Stagiaire en situation de handicap

Nous vous invitons à nous informer dès que possible de toute situation nécessitant des aménagements.

Vous pouvez contacter Gaëlle, Référente Handicap, par mail gaelle@cap-formation-montpellier.fr ou par téléphone au 06.59.17.54.58.

Nous vous proposerons un entretien afin d'identifier vos besoins.

Dispositif de suivi de l'exécution

- Feuille d'émargement signée par demi-journée
- Certificat de réalisation

Modalités et délai d'accès

Modalités d'accès

Les inscriptions se font par téléphone auprès de Gaëlle au 06.59.17.54.58 ou par mail gaelle@cap-formation-montpellier.fr

Délais d'accès

Les inscriptions sont possibles jusqu'à 24h avant le début de la formation sous réserve des places disponible.

Cap Formation Montpellier | 15 chemin du bois 34570 PIGNAN | Numéro SIRET : 51420432000022 |

Numéro de déclaration d'activité : 76341005334 (auprès du préfet de région de : Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Organisme de formation certifié Qualiopi pour les actions de formation sous le n° de certificat : 24FOR01006.1

Cap Formation Montpellier

El Gaëlle de Wangen

gaelle@cap-formation-montpellier.fr

06 59 17 54 58



Tarif et financements

Prix

Intra entreprise

800.00 € HT pour un groupe de 4 à 10 personnes. (TVA non applicable, article 261 du Code général des impôts pour les prestations de formation professionnelle).

Inter entreprise

175 € HT par stagiaire. (TVA non applicable, article 261 du Code général des impôts pour les prestations de formation professionnelle).

Financement

Cap Formation Montpellier est un organisme de formation certifié Qualiopi pour les actions de formation.

Différents financements sont possibles selon votre situation.

Plan de développement des compétences, OPCO de l'entreprise, Fonds d'assurance de formation pour les indépendants... Nous pouvons vous accompagner dans vos demandes de prise en charge. N'hésitez pas à nous solliciter.

Contact

Gaëlle de Wangen

Tél : 06.59.17.54.58

Mail : gaelle@cap-formation-montpellier.fr

Site web : www.cap-formation-montpellier.fr

Quelques chiffres

En 2025 :

- 100 % des participants sont satisfaits de la formation
- 100 % des participants ont obtenu le certificat SST
- Note générale de la formation : 4,9/5

Cap Formation Montpellier | 15 chemin du bois 34570 PIGNAN | Numéro SIRET : 51420432000022 |

Numéro de déclaration d'activité : 76341005334 (auprès du préfet de région de : Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Organisme de formation certifié Qualiopi pour les actions de formation sous le n° de certificat : 24FOR01006.1