PROGRAMME DE FORMATION

Sauveteur Secouriste du Travail

Maintien et Actualisation des Compétences (MAC SST)

1. Intitulé précis de la formation

Intitulé officiel	MAC SST — Maintien et Actualisation des Compétences Sauveteur Secouriste du Travail
Référentiel	Programme national INRS / Assurance Maladie — Risques Professionnels
Certification délivrée	Renouvellement du certificat SST pour 24 mois
Organisme formateur	Nicolas Franco Formation
Formateur habilité	Nicolas Franco — N° Forprev : GNG98256 (valide jusqu'en avril 2029)
Version du déroulé	fmacSSTv01 — 09/06/2026

2. Public cible

Tout titulaire d'un certificat SST souhaitant renouveler sa certification.

Prérequis : avoir suivi une formation initiale SST. Le certificat doit être en cours de validité ou récemment expiré.

Effectif minimum	4 stagiaires
Effectif maximum	10 stagiaires

3. Objectifs de la formation

À l'issue de la session MAC, le stagiaire sera capable de :

- Situer le rôle du SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise — identifier le cadre juridique et délimiter le champ d'intervention (Compétence 1)
- Réaliser un retour d'expérience sur ses interventions et ses actions de prévention depuis sa dernière formation
- Situer son rôle dans l'organisation de la prévention de l'entreprise — chiffres AT/MP, acteurs, rôle du SST (Compétence 6)
- Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail — mécanisme ITAMAMI, droit de retrait (Compétence 7)
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention et assurer la remontée d'information (Compétence 8)
- Protéger de façon adaptée — alerte aux populations FR-Alerte, 4 familles de dangers, dégagements d'urgence (Compétence 2)
- Examiner la victime et garantir une alerte adaptée (Compétences 3 & 4)

- Revoir l'intégralité des gestes et conduites à tenir, y compris les éventuelles évolutions techniques (Compétence 5)

4. Principaux éléments de contenu

LANCEMENT ET RETOUR D'EXPÉRIENCE

- Présentation du formateur, de l'organisme, des modalités, méthodes pédagogiques et dispositif d'évaluation
- Tour de table : prénom, fonctions, attentes, vécu
- Retour d'expérience : interventions SST réalisées depuis la dernière formation, gestes de secours effectués, actions de prévention mises en œuvre avant ou après les AT

COMPÉTENCE 1 — Cadre juridique et organisation des secours

- Rappel des principaux codes de référence : Pénal, Civil, Travail, Sécurité sociale
- Rappel des limites de l'intervention du SST : temps, moyens, espace

COMPÉTENCE 6 — Prévention des risques dans l'entreprise

- Rappel : définitions AT, accident de trajet, maladie professionnelle
- Chiffres de sinistralité AT/MP (amelie.fr)
- Enjeux de la prévention — rôle du SST avant, pendant et après un AT
- Acteurs de la prévention internes et externes à l'entreprise

COMPÉTENCES 7 & 8 — Risques professionnels et actions de prévention

- Mécanisme d'apparition du dommage : ITAMAMI (Danger, Personne exposée, Évènement déclencheur, Dommage potentiel, Risque)
- Devoir d'alerte et droit de retrait
- Actions de prévention : supprimer le danger ou réduire le risque
- Remontée d'information : vers qui, comment, quoi dire
- Chasse aux risques en groupe (photos, Tutoprev'Accueil, situations vécues)

COMPÉTENCE 2 — Protection

- Rappel et nouveautés — système d'alerte et d'information des populations « FR-Alerte »
- 4 familles de dangers — personnes exposées — 3 actions possibles (supprimer, isoler, dégager)
- Point sur les procédures internes à l'entreprise selon la typologie des apprenants

COMPÉTENCES 3 & 4 — Examen de la victime et alerte

- Ordre de recherche d'une détresse vitale — résultat à atteindre selon les signes
- Examen de la victime en binôme — retournement à plat ventre — liberté des voies aériennes (adulte et nourrisson)
- Numéros de secours publics — éléments du message d'alerte
- Organisation des secours internes à l'entreprise

COMPÉTENCE 5 — Révision intégrale des gestes et conduites à tenir

- Révision de l'ensemble des techniques de secours à partir du plan d'intervention (pictogrammes)
- Précision, démonstration et justification des techniques ou conduites ayant évolué
- Pratique en binôme ou trinôme de l'ensemble des gestes
- Mises en situation simulées : petites histoires adaptées à l'entreprise et/ou à la typologie des participants
- Matériel obligatoire : mannequins adulte/enfant/nourrisson, DAE, trousse de secours, matériel de simulation, maquillage

5. Modalités d'organisation

5.1 Durée et effectifs

Durée totale	7 heures — 1 journée (2 pauses de 15 mn incluses)
Répartition	Matin : 3h30 (pause 15 mn incluse) | Après-midi : 3h30 (pause 15 mn incluse)
Effectif minimum	4 stagiaires
Effectif maximum	10 stagiaires

5.2 Déroulé de la journée

Horaires	Contenu pédagogique	Méthodes / Supports
8h30 – 8h45	Lancement — Présentation formateur, organisme, horaires, méthodes pédagogiques, dispositif d'évaluation. Tour de table : prénom, fonctions, attentes, vécu.	Exposé participatif, diaporama, grille de certification SST, glossaire FSST
8h45 – 9h15	Retour d'expérience depuis la dernière formation — interventions réalisées, gestes de secours effectués, actions de prévention mises en œuvre (avant/après AT)	Tour de table, tableau + feutres
9h15 – 9h30	Compétence 1 — Cadre juridique SST : rappel des codes (Pénal, Civil, Travail, Sécurité sociale) et des limites d'intervention (temps, moyens, espace)	Exposé participatif, tableau + feutres, questionnement en groupe
9h30 – 9h50	Compétence 6 — Prévention : rappel AT/MP/maladie pro, chiffres sinistralité (amelie.fr), enjeux, rôle SST avant/pendant/après, acteurs de la prévention	Remue-méninges, exposé participatif, plan d'action prévention, statistiques AT/MP, questionnement en groupe
PAUSE — 15 mn		
10h05 – 10h25	Compétences 7 & 8 — Caractériser les risques : étude de cas (ITAMAMI, Tutoprev'Accueil, situations vécues), droit de retrait, devoir d'alerte	Étude de cas, fiche ITAMAMI, photos/vidéos, planches Tutoprev'Accueil, chasse aux risques en groupe

10h25 – 10h45	Compétences 7 & 8 — Actions de prévention : supprimer/réduire le risque, remontée d'information (vers qui, comment, quoi dire)	Remue-méninges, affiche 9 PGP, dossier INRS, fiche remontées d'information, organigramme
10h45 – 10h55	Compétence 2 — Protection : FR-Alerte (nouveautés), 4 familles de dangers, 3 actions (supprimer/isoler/dégager), procédures internes entreprise	Remue-méninges, exposé participatif, plan d'intervention SST, photos/vidéos, guide données techniques
10h55 – 11h35	Compétences 3 & 4 — Examen victime : ordre de recherche, retournement, voies aériennes (adulte/nourrisson) ; Alerte : numéros secours, éléments du message, organisation interne	Pratique en binôme, coupe de tête, mannequin nourrisson, tapis de sol, plan d'intervention SST
11h35 – 11h50	Compétences 3 & 4 — Alerte : rappel message d'alerte, organisation des secours internes	Questionnement, organisation secours internes
DÉJEUNER		
13h00 – 15h20	Compétence 5 — Révision intégrale de tous les gestes et conduites à tenir, via pictogrammes du plan d'intervention. Démonstrations des techniques ayant évolué. Pratique en binôme/trinôme. Mises en situation simulées individuelles (petites histoires adaptées).	Plan d'intervention SST, matériel de formation obligatoire, mannequins, DAE, trousse de secours, matériel simulation, maquillage, tapis de sol, PISST et PAP
PAUSE — 15 mn		
15h35 – 16h35	Épreuves certificatives (Compétence 1) — Épreuve 1 : mise en situation d'accident simulée individuelle, tirée au sort, préparée par le formateur (démontrer les compétences, pas la totalité de l'action). Épreuve 2 : questionnement prévention des risques en lien avec l'Épreuve 1. Auto-évaluation et évaluation par le groupe.	Grilles certification INRS, PISST, PAP
16h35 – 16h45	Bilan et clôture — tour de table, remise attestations de renouvellement, aide-mémoire INRS ED 4085 (si besoin), questionnaire individuel de fin de formation	ED 4085 (si besoin), questionnaire individuel

5.3 Méthodes et moyens pédagogiques

- Formation 100 % présentielle — 1 journée
- Pédagogie active : exposés participatifs, remue-méninges, retour d'expérience, études de cas, démonstrations, pratique en binôme/trinôme
- Chasse aux risques en groupe (planches Tutoprev'Accueil, photos/vidéos, situations vécues)
- Révision des gestes via pictogrammes du plan d'intervention SST
- Mises en situation simulées adaptées à l'entreprise et/ou à la typologie des participants
- Évaluations formatives à chaque séquence : questionnement en groupe, cas concrets

- Matériel obligatoire : mannequins adulte/enfant/nourrisson, DAE, trousse de secours, matériel de simulation, maquillage, tapis de sol
- Supports remis : aide-mémoire INRS ED 4085 (si besoin), attestation de renouvellement SST, glossaire du FSST
- Documents de référence utilisés : document de référence en vigueur, manuel du formateur en vigueur, PISST, PAP

6. Qualification du formateur

Formateur	Nicolas Franco
Qualification	Formateur de Sauveteurs Secouristes du Travail (FSST)
N° Forprev	GNG98256
Validité habilitation	Jusqu'en avril 2029
Autorité habilitante	CARSAT Auvergne-Rhône-Alpes
MAC formateur	Maintien à compétences réalisé conformément au calendrier INRS

7. Passage d'épreuves certificatives

Les épreuves se déroulent en fin de journée, conformément au manuel du formateur INRS :

- Épreuve 1 — Mise en situation d'accident du travail simulée, individuelle, tirée au sort et préparée par le formateur. Il n'est pas demandé au stagiaire de réaliser la totalité de l'action, mais de démontrer qu'il a les compétences pour intervenir efficacement face à la situation proposée. Les cas proposés sont différents de ceux traités durant la formation.
- Épreuve 2 — Questionnement simple portant sur les compétences en matière de prévention des risques en lien avec l'Épreuve 1.

L'auto-évaluation et l'évaluation par le groupe sont favorisées lors de l'analyse.

Outils utilisés : grilles de certification INRS, PISST, PAP.

Durée : 60 minutes.

La réussite conditionne le renouvellement du certificat SST pour 24 mois.

8. Durée de validité du certificat renouvelé

Nouvelle validité	24 mois à compter de la date de la session MAC
Prochain MAC	À réaliser dans les 24 mois suivant cette session
Dépassement du délai	Si le certificat est expiré depuis plus de 24 mois, une nouvelle formation initiale SST est obligatoire

9. Références réglementaires

- Programme national MAC SST — INRS et Assurance Maladie — Risques Professionnels
- Articles R.4224-15 et R.4224-16 du Code du Travail

- Fiche programme de référence : www.formation-prev.fr (Carsat, CGSS, Cramif)
- N° Forprev formateur : GNG98256 — Version déroulé : fmacSSTv01 — 01/05/2026

Nicolas Franco Formation — Thiers (63) — formation-usinage-thiers.com
Formateur SST habilité INRS | N° Forprev GNG98256 | Valable jusqu'en avril 2029