PROGRAMME DE FORMATION

Maintien et Actualisation des Compétences SST (MAC SST)

Durée	7 heures en présentiel (1 jour)
Effectif	De 4 à 10 personnes
Public concerné	Tout titulaire du certificat SST souhaitant maintenir et actualiser ses compétences
Prérequis	Être titulaire du certificat de Sauveteur Secouriste du Travail (SST)
Périodicité	Tous les 24 mois pour maintenir la validité du certificat SST
Formateur	Titulaire du certificat de « Formateur SST » ou « Formateur de formateurs SST » en cours de validité
Validation	Certificat SST (modèle national) renouvelé pour 24 mois, délivré par OPTI FORMA en tant qu'entité habilitée
Financement	Plan de développement des compétences, OPCO, fonds propres
Lieu & délai	Intra-entreprise (Île-de-France, La Réunion) ou site défini ensemble · Date fixée dès l'acceptation du devis ; délai précisé sur le devis
Accessibilité	Adaptations étudiées au cas par cas avec la référente handicap (contact@opti-forma.fr · 06 35 46 84 92)

1. Objectifs de la formation

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

- Maintenir et actualiser ses compétences de Sauveteur Secouriste du Travail, définies dans le référentiel de compétences du dispositif SST.
- Intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail, en tenant compte des évolutions techniques et réglementaires.
- Poursuivre sa contribution à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise.

2. Programme détaillé

Séquence 1 — Retour d'expérience

- Partage des actions menées en prévention et/ou en secours depuis la formation initiale ou le dernier MAC.
- Analyse des situations vécues, enseignements tirés, difficultés rencontrées.
- Identification des besoins spécifiques de révision pour adapter la session au groupe.

Séquence 2 — Actualisation des compétences

- Évolutions techniques et gestuelles : mise à jour des conduites à tenir conformément au guide des données techniques INRS en vigueur.
- Évolutions réglementaires et du dispositif SST (document de référence, référentiels).
- Rappel du rôle du SST dans l'organisation des secours et de la prévention de l'entreprise ; risques spécifiques de l'entreprise ou du secteur d'activité.

Séquence 3 — Révision des gestes et conduites à tenir

- Protéger, examiner, alerter (faire alerter), secourir : révision de l'ensemble des conduites à tenir.
- Entraînement pratique : hémorragies, étouffement, malaises, brûlures, plaies, traumatismes, victime inconsciente qui respire (PLS), arrêt cardiaque (RCP et défibrillateur).
- Mises en situation d'accidents simulés en lien avec l'activité professionnelle des stagiaires.

Séquence 4 — Épreuves certificatives et bilan

- Épreuves certificatives conformes au référentiel de certification INRS (voir section 4).
- Bilan de la formation et questionnaire de satisfaction.

3. Pédagogie et moyens

Méthodes mobilisées :

- Retours d'expérience et échanges avec le groupe, apports théoriques ciblés.
- Pédagogie majoritairement pratique : mises en situation d'accidents simulés avec matériel dédié.

Matériel pédagogique obligatoire : un défibrillateur automatisé externe de formation avec accessoires, un lot de mannequins avec protections individuelles (adulte, enfant, nourrisson), du matériel de simulation adapté aux situations traitées, plan d'intervention SST (édition INRS).

4. Modalités d'évaluation et de certification

Les compétences du stagiaire sont de nouveau évaluées lors de deux épreuves certificatives, identiques à celles de la formation initiale, organisées en fin de formation et évaluées à l'aide des grilles de certification officielles de l'INRS :

Épreuve	Contenu	Modalité
Épreuve n°1	Mise en situation d'accident du travail simulée (action / analyse) : le candidat montre sa capacité à mettre en œuvre l'intégralité des compétences lui permettant d'intervenir efficacement face à la situation.	Individuelle, en fin de formation
Épreuve n°2	Entretien avec le formateur : le candidat répond à un questionnement simple portant sur sa connaissance du cadre réglementaire de l'activité SST et ses compétences en matière de prévention.	Individuelle, en fin de formation

Le certificat SST est renouvelé, pour une durée de 24 mois, au candidat qui a participé activement à l'ensemble de la formation, a fait l'objet d'une évaluation continue favorable et a satisfait aux épreuves certificatives. La prolongation de sa validité est conditionnée par le suivi d'un nouveau MAC SST tous les 24 mois.

5. Suivi et sanction de la formation

- Feuille d'émargement signée par demi-journée.
- Attestation de fin de formation mentionnant les résultats des acquis, remise à chaque stagiaire.
- Certificat SST renouvelé (modèle national), délivré via l'outil FORPREV du réseau prévention, en cas de réussite aux épreuves certificatives.

Programme conforme au Document de Référence du dispositif SST (INRS, réseau Assurance Maladie – Risques Professionnels), version en vigueur. Document mis à jour le 28/09/2026.