

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **PROGRAMME**



**CULTIVONS LES RÉUSSITES**

MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

Nature de l'action concourant au développement des compétences : L'action envisagée entre dans l'une des catégories prévues à l'article L.6313-1 du Code du travail, à savoir : **Action de formation**.  
L'organisme certificateur est l'INRS (Institut National Recherche & Sécurité).



### **Objectifs**

La formation pour devenir Sauveteur et Secouriste du travail est conçue pour maintenir, actualiser et perfectionner les connaissances et techniques gestuelles, en matière de premier secours, afin d'être capable de les mettre en oeuvre et de prévenir les accidents du travail dans l'entreprise. Cette formation est accessible à **tous les salariés du secteur privé et public, indépendamment de leur poste ou de leur niveau hiérarchique et aux demandeurs d'emploi inscrits ou non à France-Travail.**



### **Programme**

- Accueil, Installation dans la salle, temps de présentation de la formation
- Situer le cadre juridique de son intervention et son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
- Contribuer à la mise en oeuvre d'actions de prévention
- Informer les personnes désignées dans le plan d'organisation de la prévention de l'entreprise d'une situation dangereuse
- Réaliser une protection adaptée dans le processus d'alerte aux populations
- Examiner la victime et reconnaître suivant un ordre déterminé, la présence d'un ou plusieurs signes indiquant que la vie de la victime est menacée et associer aux signes décelés le résultat à atteindre.
- Faire alerter ou alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise
- Etre capable de secourir
- Epreuves certificatives à la fin du programme et recueil du niveau de satisfaction

### **Public concerné**

- +18 ans
- Aucun niveau scolaire requis
- Maîtriser la langue française
- Effectif : min 4 - max 10
- **Candidat en situation de handicap** : prendre contact avec notre référente handicap Marie-Camille SIMARD au 03.84.49.12.94 ou [marie-camille.simard@mfr.asso.fr](mailto:marie-camille.simard@mfr.asso.fr)

### **Durée et modalités**

- 14h sur 2 jours, 7h par jour
- En semaine, sur la journée et en temps plein
- En présentiel, en salle
- Non rémunéré

### **Formateur**

Angélique BOULLE, monitrice habilitée SST

### **Lieu**

54 Blanzey, 70220 FOUGEROLLES

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **PROGRAMME**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

### **Compétences à acquérir**

- Intervenir efficacement face à une situation d'accident, dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention.
- Adopter un comportement adapté en cas d'accident, incident ou dysfonctionnement sur son lieu de travail.
- Contribuer à la mise en oeuvre d'actions au profit de la santé et sécurité au travail.

### **Financement**

CPF, OPCO d'entreprise, sans prise en charge, autre sources de financements possibles en fonction de votre statut, contactez-nous.

### **Coût pédagogique**

**INDIVIDUEL** : Forfait total de 240 euros pour les deux jours pour des demandes individuelles.

**GROUPE DE MINIMUM 7 PERSONNES D'UNE MÊME ENTREPRISE** : 110 euros de l'heure, soit un forfait de 1540 euros les 2 jours.

Le montant est net de taxe, la MFR de Fougerolles n'est pas assujettie à la TVA.

### **Suivi de l'action**

Diffusion et signature de feuilles d'émargement par ½ journées. Attestations individuelles de fin de formation.



## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **PROGRAMME**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

### **Modalités d'évaluation de l'action**

Un questionnaire d'enquête préalable est adressé à l'employeur en amont de la formation pour aider le formateur à se faire une idée du niveau de sensibilisation à la sécurité au travail du personnel.

Durant la formation : évaluation à partir de cas concrets et critères d'évaluation. Questions verbales, points et retours réguliers sur le ressenti des stagiaires concernant l'avancée de la formation.

**Evaluation finale** : Evaluation de l'acquisition de l'ensemble des connaissances et compétences du parcours (Le SST est évalué sous forme d'évaluation certificative, sur la vase de gestion d'accidents simulés en salle, ainsi que lors d'un échange-questionnement portant sur ses compétences en matière de prévention).

Un bilan à chaud en fin de formation est prévu sous forme de questionnaire individuel de satisfaction et un bilan à froid 3 à 6 mois après la formation sous forme de questionnaire individuel d'évaluation de l'action de formation sera également envoyé aux participants.

**Sanction finale de la formation** : A l'issue de la formation, le stagiaire reçoit une attestation de fin de formation et s'il a satisfait à l'évaluation finale, il reçoit sa **carte de Sauveteur Secouriste du Travail** valable 24 mois, ainsi qu'un aide mémoire INRS.

### **Continuité du Parcours**

**Avant** la fin de période de validité de 24 mois de la carte de Sauveteur Secouriste du Travail, si le SST souhaite prolonger la validité de son certificat, il doit suivre et valider une session de Maintien et Actualisation des Compétences (MAC) SST d'une durée de 7 heures et valider les 2 épreuves certificatives à l'issue du stage. Son certificat sera alors prolongé de 24 mois. Contactez-nous.



V1 - avril 2025. 3

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **PROGRAMME**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

### **Moyens techniques et pédagogiques**

- Une salle équipée de chaises, tables suffisamment spacieuse permettant de pratiquer les gestes dans de bonnes conditions.
- Mannequin adulte, enfant, nourrisson, et leur dispositif d'hygiène
- Défibrillateur de formation
- Matériels et maquillages divers permettant la simulation de cas concrets et de blessures
- Trousse de secours équipée du matériel de base
- Ordinateur, vidéoprojecteur, paperboard
- L'animation s'appuie sur une alternance d'apports théoriques et de mises en pratique au travers d'exercices, d'études de cas et d'échanges avec les participants. Le formateur veille à permettre aux participants. Le formateur veille à permettre aux participants de confronter leur bonne compréhension des concepts en facilitant l'échange et la discussion.

### **Modalités et délai d'accès**

Inscription toute l'année sans délai.

#### **Etapes d'inscription à cette formation :**

1. Contacter le secrétariat au 03.84.49.12.94 ou à l'adresse [mfr.fougerolles@mfr.asso.fr](mailto:mfr.fougerolles@mfr.asso.fr) pour obtenir les prochaines dates, le bulletin d'inscription et pour répondre à vos questions.
2. Retourner le bulletin d'inscription complété pour obtenir le devis + le contrat de formation (ou la convention si vous êtes une entreprise).
3. Finaliser l'inscription en retournant le devis et le contrat/la convention signé/e



### **Informations pratiques**

Horaires de formation : 8h30-12h et 13h30-17h

Parking visiteur à côté de la MFR de Fougerolles et à côté du réfectoire (voir plan page 5)

Restauration collective possible : 9 euros le repas midi

Hébergement possible : 20 euros le forfait nuitée + petit déjeuner + 2 repas midi

**Formation initiale**  
**Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**  
**PROGRAMME**



**CULTIVONS LES RÉUSSITES**

MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

**PLAN PARKING VISITEURS :**



**LEGENDE :**



Zone de parking



Bâtiments MFR de Fougerolles

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

### JOUR 1

 Jour 1 – Total : 7h (pauses incluses)

 Objectifs généraux :

Intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail.

Mettre en application ses compétences en matière de prévention des risques professionnels.

 MATIN – 3h30 (pause comprise)

 Horaires indicatifs : 8h30 – 12h00

### **Séquence d'ouverture – Accueil et présentation (30 min) 8h30-9h**

Compétence(s) visée(s) : Comprendre le périmètre du cadre de la formation et se l'approprier

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les objectifs et le cadre de la formation SST.
- Comprendre l'organisation des deux journées.

Contenus :

Présentation du formateur et des stagiaires, objectifs de la formation, organisation pratique et règles de sécurité.

Situations d'apprentissage :

Tour de table, échanges, présentation orale.

Moyens pédagogiques : Paperboard, fiche programme, support INRS.

Évaluation formative : Questions orales et interactions.

### **Séquence 1 – Le rôle du SST dans l'entreprise (1h00) 9h-10h**

Compétence(s) visée(s) : C1 – Situer son rôle de SST dans l'organisation.

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre le cadre réglementaire des missions du SST.
- Distinguer les rôles en prévention et en secours.

Contenus :

Code du travail, INRS, missions du SST, organisation de la prévention en entreprise.

Situations d'apprentissage :

Exposé interactif, vidéo, échanges.

Moyens pédagogiques : Diaporama, vidéo INRS.

Évaluation formative : Q/R, échanges guidés.

 Pause matin – 20 min (comprise dans les 3h30)

### **Séquence 2 – Protéger (1h40) 10h20-12h**

Compétence(s) visée(s) : C2 – Protéger de façon adaptée.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les dangers persistants.
- Mettre en œuvre une protection efficace.

Contenus :

Méthodologie d'analyse du danger, suppression ou isolement du danger.

Situations d'apprentissage :

Simulation d'un accident, débriefing collectif.

Moyens pédagogiques : Scénario d'accident, matériel de simulation.

Évaluation formative : Observation, retour oral.

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

🕒 APRÈS-MIDI – 3h30 (pause comprise)

🕒 Horaires indicatifs : 13h30 – 17h00

### **Séquence 3 – Examiner la victime (1h20) 13h30-14h50**

Compétence(s) visée(s) : C3 – Examiner la victime.

Objectifs pédagogiques :

- Rechercher les signes vitaux (conscience, respiration).
- Adapter l'action de secours en fonction de l'examen.

Contenus :

État de conscience, vérification de la respiration.

Situations d'apprentissage :

Démonstrations, pratique sur mannequins.

Moyens pédagogiques : Mannequins, support INRS.

Évaluation formative : Exercices pratiques, corrections orales.

### **Séquence 4 – Faire alerter ou alerter (50 min) 14h50-15h40**

Compétence(s) visée(s) : C4 – Faire alerter ou alerter.

Objectifs pédagogiques :

- Choisir le mode d'alerte pertinent.
- Transmettre des informations complètes et claires.

Contenus :

Cas d'alerte interne/externe, numéros d'urgence, message structuré.

Situations d'apprentissage :

Simulations d'appel aux secours.

Moyens pédagogiques : Téléphones de formation, fiches.

Évaluation formative : Jeux de rôle, observation guidée.

II Pause après-midi – 20 min (comprise dans les 3h30)

### **Séquence 5 – Secourir (partie 1) (1h00) 16h-17h**

Compétence(s) visée(s) : C5 – Secourir de manière appropriée.

Objectifs pédagogiques :

- Appliquer les gestes adaptés à différentes situations : saignement, étouffement, malaise.

Contenus :

Reconnaissance des signes, gestes techniques adaptés à chaque cas.

Situations d'apprentissage :

Cas pratiques, mises en situation.

Moyens pédagogiques : Mallette de secours, matériel de simulation.

Évaluation formative : Observation des gestes, feedback formatif.

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

 Jour 2 – Total : 7h (pauses incluses)

 Objectifs généraux :

Renforcer les compétences en secourisme et en prévention.

Valider les acquis par une évaluation certificative.

 MATIN – 3h30 (pause comprise)

 Horaires indicatifs : 8h30– 12h00

### **Séquence 6 – Secourir (partie 2) (2h20) 8h30-10h50**

Compétence(s) visée(s) : C5 – Secourir de manière appropriée.

Objectifs pédagogiques :

- Réaliser les gestes adaptés à différentes situations : brûlures, douleurs, inconscience, arrêt respiratoire.

Contenus :

Victime se plaignant de brûlures, douleurs empêchant certains mouvements, victime inconsciente mais qui respire, victime inconsciente qui ne respire pas : RCP + défibrillateur.

Situations d'apprentissage :

Ateliers tournants par situation. Pratique en binômes ou trinômes.

Moyens pédagogiques : Mannequins RCP, défibrillateurs de formation, matériel de simulation (bandes, eau, couverture...).

Évaluation formative :

Observation des gestes et comportements, feedback individuel et collectif.

 Pause matin – 20 min (comprise dans les 3h30)

### **Séquence 7 – Le rôle du SST en prévention (50min) 11h10-12h**

Compétence(s) visée(s) : C6 – Participer à la prévention des risques professionnels.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les situations dangereuses dans son environnement de travail.
- Proposer des mesures préventives pertinentes.
- Communiquer avec les acteurs de la prévention.

Contenus :

Détection et remontée des situations à risques, dialogue avec le CHSCT, référent sécurité, employeur.

Situations d'apprentissage :

Étude de cas, partages d'expériences vécues.

Moyens pédagogiques :

Fiches INRS, cas pratiques.

Évaluation formative :

Q/R collectives, restitution orale.

## **Formation initiale**

# **Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**

## **DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE**



MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

🕒 APRÈS-MIDI – 3h30 (pause comprise)

🕒 Horaires indicatifs : 13h30 – 17h00

### **Séquence 8 – Évaluation certificative (2h00) 13h30-15h30**

Compétence(s) visée(s) : Toutes compétences du référentiel SST.

Objectifs pédagogiques :

- Mettre en œuvre l'ensemble des compétences SST dans une situation simulée.

Contenus :

Scénario d'accident simulé, mise en œuvre des actions : protéger, examiner, alerter, secourir.

Situations d'apprentissage :

Épreuve individuelle avec matériel, observation par le formateur avec grille INRS.

Moyens pédagogiques :

Matériel de simulation complet, grille d'évaluation certifiante.

Modalités d'évaluation :

Évaluation individuelle en situation.

Critères conformes au référentiel INRS.

Débriefing collectif à l'issue.

II Pause après-midi – 20 min (comprise dans les 3h30)

### **Séquence 9 – Clôture et bilan (1h10) 15h50-17h**

Compétence(s) visée(s) : Analyser et formaliser ses acquis pour les valoriser dans un contexte professionnel.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier ses acquis et les transférer dans son contexte professionnel.
- Conclure la formation avec un retour collectif.

Contenus :

Retours d'expérience, distribution des certificats (si validation), questionnaire de satisfaction.

Situations d'apprentissage :

Échange libre et animé, bilan à chaud.

Moyens pédagogiques :

Supports papier ou numérique.

Évaluation formative :

Auto-évaluation orale.

Questionnaire écrit.

**Formation initiale**  
**Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**  
**GRILLE DE CERTIFICATION**



**CULTIVONS LES RÉUSSITES**

MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

**FORMATION INITIALE**

**Identité du candidat :**

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de la formation : \_\_\_\_\_

Nom du formateur SST : \_\_\_\_\_

Organisme de formation : \_\_\_\_\_

Durée : 14 heures (minimum recommandé INRS)

Nom du formateur : \_\_\_\_\_

**Compétences évaluées:**

| Domaine de compétences                                                 | Critères d'évaluation                                                                                          | Validation                                                   |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 1. Situer le rôle du SST dans l'organisation des secours en entreprise | - Explique le rôle du SST<br>- Connait les acteurs internes et externes aux secours                            | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |
| 2. Protéger de façon adaptée                                           | - Identifie les dangers persistants<br>- Met en œuvre une protection adaptée                                   | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |
| 3. Examiner la victime                                                 | - Applique la conduite à tenir pour déterminer l'état de la victime (saignement, inconscience, respiration...) | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |
| 4. Garantir une alerte efficace                                        | - Alerte ou fait alerter les secours appropriés<br>- Donne les informations essentielles                       | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |

**Formation initiale**  
**Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**  
**GRILLE DE CERTIFICATION**



**CULTIVONS LES RÉUSSITES**

MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

**FORMATION INITIALE**

| Domaine de compétences                                                   | Critères d'évaluation                                                                                                                                                         | Validation                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 5. Secourir la victime de manière appropriée                             | - Effectue correctement les gestes de secours :<br>• saignement<br>• étouffement<br>• inconscience<br>• arrêt cardiaque avec DAE<br>• malaise<br>• brûlure, traumatisme, etc. | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |
| 6. Situer son rôle de SST dans la prévention en entreprise               | - Identifie les situations à risque<br>- Propose des actions de prévention<br>- Respecte les principes de base de prévention                                                  | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |
| 7. Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail | - Observe et analyse une situation de travail à partir d'un cas concret                                                                                                       | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |
| 8. Participer à la mise en œuvre d'actions de prévention                 | - Émet des propositions simples d'amélioration<br>- Communique avec les acteurs de la prévention                                                                              | <input type="checkbox"/> OUI<br><input type="checkbox"/> NON |

**Décision de certification :**

Le candidat a-t-il validé l'ensemble des compétences ?

☐ OUI ☐ NON

Appréciation globale (commentaires):

.....

.....

.....

.....

.....

Signature du formateur :

V1 - avril 2025. 2

**Formation initiale**  
**Sauveteur Secouriste du Travail (SST)**  
**BULLETIN D'INSCRIPTION**



**CULTIVONS LES RÉUSSITES**

MFR – CFA FOUGEROLLES  
54 Blanzey – 70220 FOUGEROLLES  
N° UAI : 0700958L  
N° d'activité : 43700023570

NOM  PRENOM

DATE DE NAISSANCE  LIEU DE NAISSANCE

ADRESSE

Code postal  Ville

Numéro de téléphone  Mail

**Statut :**

- ☐ Demandeur d'emploi ☐ Salarié(e) du secteur privé  
☐ Chef d'entreprise ☐ Autre (précisez) : .....

**Prise en charge de la formation :**

- ☐ Compte Personnel de Formation (CPF) ☐ Financement personnel  
☐ VIVEA ☐ Congé de reclassement  
☐ OPCO (Congés de transition professionnelle) ☐ Autre : .....  
☐ Employeur :  
    Entreprise : .....  
    .....  
    Ville : .....  
    Contact : .....

Fait à :

Le :

Signature + Cachet et signature de l'entreprise si  
inscription par l'employeur :

Formation : .....

Date(s) : .....

Précisions: .....