Objectifs principaux	Maintenir et actualiser les compétences du Sauveteur Secouriste du Travail (SST) afin de permettre au salarié certifié d'intervenir efficacement en cas d'accident et de contribuer activement à la prévention des risques professionnels, conformément au programme défini par l'INRS
Objectifs pédagogiques	À l'issue de la formation, les participants seront capables de : **Intervenir** efficacement face à une situation d'accident du travail. **Appliquer** les gestes de premiers secours selon les procédures de l'INRS. **Réagir** en sécurité pour soi, pour la victime et pour les autres. **Repérer** les situations à risque dans leur environnement professionnel. **Proposer** des actions de prévention adaptées à leur activité. **Maintenir** à jour leurs connaissances en lien avec les dernières évolutions réglementaires.
Public	Tout salarié titulaire d'un certificat SST en cours de validité (valable 24 mois), souhaitant prolonger son habilitation
Durée de la formation	1 jour soit 7 heures
Séquence synchrone ou asynchrone	Synchrone
Prérequis	Être titulaire d'un certificat SST délivré par un formateur habilité par l'INRS et ne pas avoir dépassé la date de validité de 24 mois
Moyens Pédagogiques	Alternance d'apports théoriques, de démonstrations et de mises en situation. Exercices pratiques sur cas concrets simulés. Utilisation de mannequins de secourisme, défibrillateur (DAE), matériel de simulation. Révision des gestes techniques (protection, alerte, arrêt des saignements, PLS, RCP, etc.). Analyse collective des pratiques. Utilisation des grilles d'évaluation officielles INRS.
Critères de réussite et certification	Deux épreuves certificatives : une sur la prévention et une sur l'intervention face à un accident simulé. Évaluation selon les grilles de l'INRS. Un nouveau certificat SST est délivré pour une durée de 24 mois si les deux épreuves sont validées. Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.
Nombre de participants	Min 4 maximum 10 inter ou intra
Lieu	Présentiel ou en intra-établissement

Objectifs spécifiques

Cette formation vise à réactiver les compétences essentielles des Sauveteurs Secouristes du Travail en les confrontant à des situations réalistes et concrètes. Les participants renforcent leur capacité à intervenir efficacement lors d'un accident de travail, à sécuriser les lieux, à porter secours, et à adopter les gestes techniques adaptés à chaque type de détresse.
Ils développent également leur vigilance face aux risques professionnels présents dans leur environnement, afin de devenir des acteurs de la prévention. L'actualisation des connaissances est complétée par une révision des gestes, des procédures, et une mise à jour des recommandations INRS.
L'approche est centrée sur la pratique, avec des échanges, des jeux de rôle et des mises en situation permettant de consolider les bons réflexes en situation d'urgence.

MENTORIEL

Déroulé pédagogique

1 jour
Matin (9h00 – 12h30)

- Accueil et tour de table : retour d'expérience des stagiaires
- Rappels sur le rôle du SST dans l'entreprise
- Révision du plan d'intervention :
  - Protéger / Examiner / Alerter ou faire alerter / Secourir
  - Cas concrets d'analyse de situation
    - Révision des gestes de secours :
  - Hémorragie, étouffement, inconscience, arrêt cardiaque
  - Position latérale de sécurité (PLS), massage cardiaque, usage du DAE

Après-midi (13h30 – 17h00)

- Révision des notions de prévention :
  - Repérage des dangers dans l'entreprise
  - Propositions d'actions de prévention
    - Mises en situation pratiques :
  - Simulations d'accidents (jeu de rôle)
  - Débriefing collectif et retour formatif
    - Épreuves certificatives :

1. Intervention sur accident simulé
2. Prévention des risques professionnels

- Bilan de la journée
- Remise des certificats SST (en cas de réussite) et attestation de fin de formation

MENTORIEL