

Fiche Technique: Formation SST en Premiers Secours

Objectifs de la formation

Synthèse des résultats visés et standards de maîtrise.

- Maîtriser les gestes de secours et la mise en sécurité.
- Alerter efficacement selon une chaîne de survie/protocole standardisé.
- Couvrir les scénarios critiques les plus probables du site.
- Atteindre ≥ 80 % de réussite aux évaluations pratiques.
- Assurer la traçabilité (émargements, grilles, preuves) utile aux audits.
- Planifier la mise à jour des acquis sous 24 mois et des exercices réguliers.

Repères clés: ≥ 50 % de pratique – Alerte < 60 s – Accès DAE < 4 min – Simulations: 2/an/site – Révision des acquis ≤ 24 mois.

Population cible

Publics et contextes mentionnés.

- Salariés désignés comme Sauveteurs Secouristes du Travail (SST).
- Équipes en ateliers, laboratoires, chantiers, logistique, bureaux, accueil du public.
- Sites multi-équipes et en horaires décalés (2x8, 3x8).
- Zones à risque élevé ou à accès DAE distant.
- Travailleurs/équipes isolés et secteurs critiques identifiés par l'évaluation des risques.

Durée de la formation

Formats et cadences issus des repères fournis.

Format	Contenu clé	Repères
Initiale SST	Théorie + gestes + 2–3 scénarios	14 h dont ≥ 50 % de pratique
Actualisation	Rappel gestes critiques, critères mis à jour	Tous les 24 mois
Exercices d'entretien	Micro-exercices chronométrés	15 min, trimestriels
Simulations terrain	Scénarios contextualisés, débriefings	2/an et par site

Programme de la formation

Parcours centré risques réels, gestes, alerte et preuves.

Module 1 – Évaluation de la situation et sécurisation

- Analyser, protéger, baliser; mise en sécurité de la zone.

- Lien avec le DUER et les risques spécifiques du site.

Module 2 – Gestes qui sauvent: hémorragies, traumatismes, brûlures

- Compression, garrot; attelles improvisées.
- Prévention des risques associés et conduites à tenir.

Module 3 – Malaise, arrêt cardiaque et DAE

- Alerte < 60 s; massage cardiaque; PLS; DAE < 4 min.
- Chaîne de survie et coordination avec les secours.

Module 4 – Alerte structurée et communication

- Message d'alerte normé; guidage des secours.
- Coordination interne et consignes standardisées.

Module 5 – Exercices pratiques et mises en situation

- 2–3 scénarios représentatifs, chronométrés.
- Feedback structuré; consolidation des réflexes.

Module 6 – Évaluation, traçabilité et amélioration continue

- Grilles transparentes; seuil de réussite ≥ 80 %; bilans.
- Archivage, indicateurs HSE et plan de rappels sous 24 mois.