



Bien Analyser pour une Manipulation Efficace

## BAME PRÉVENTION

Laure PIPET — Infirmière Diplômée d'État  
Formatrice habilitée SST — Formatrice GP, GQS  
2 bis rue du Parc — 77540 Bernay-Vilbert | 06 67 98 14 71 |  
lp@sofeca.com

SIRET : 91990879800011  
NDA : 11770808577

[www.bameprevention.fr](http://www.bameprevention.fr)

## MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES SST

MAC SST — 7 heures (1 jour) — Recyclage obligatoire tous les 24 mois

**7 h (1 j.)**  
Durée

**4 à 10 pers.**  
Effectif

**Intra / Inter**  
Format

**Certificat SST**  
**à renouvelé**

**600 € TTC**  
Tarif

**Votre certificat SST expire tous les 24 mois.** Le MAC SST vous permet de maintenir vos compétences à jour, de renouveler votre certification et de rester un acteur de la sécurité dans votre entreprise.

**⚠ Un SST dont le certificat est expiré depuis plus de 24 mois doit suivre une formation SST Initiale (14h) et non un MAC SST (7h). En cas de doute, contactez BAME PRÉVENTION 06.67.98.14.71**

### OBJECTIF GÉNÉRAL

Maintenir et actualiser les compétences des Sauveteurs Secouristes du Travail afin de garantir des interventions efficaces et conformes aux recommandations en vigueur, et renouveler le certificat SST pour 24 mois.

### OBJECTIFS POUR LE STAGIAIRE

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

1. Maintenir ses compétences de Sauveteur Secouriste du Travail au niveau requis par le référentiel INRS
2. Actualiser ses connaissances en matière de prévention des risques professionnels dans son entreprise
3. Réaliser les gestes de secours adaptés face à une victime en situation d'urgence
4. Pratiquer la réanimation cardio-pulmonaire (RCP) et utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE)
5. Adapter ses interventions aux risques spécifiques de son secteur d'activité
6. Renouveler son certificat SST pour 24 mois supplémentaires

### CADRE RÉGLEMENTAIRE

- Code du travail — Art. L.4121-1 à L.4121-3 : obligation de prévention des risques professionnels
- Code du travail — Art. R.4224-15 : obligation de disposer de personnel formé aux premiers secours dans des travaux dangereux exposant 20 personnes plus de 15 jours.
- Référentiel INRS imposant un recyclage obligatoire tous les 24 mois

#### PUBLIC CONCERNÉ

Salariés titulaires du certificat SST souhaitant maintenir sa validité. Toute entreprise ayant des SST à recycler.

#### PRÉREQUIS

Être titulaire d'un certificat SST valide ou expiré depuis moins de 24 mois.


Présenter son numéro de certificat ForPrev lors de l'inscription.

## PROGRAMME — 7 HEURES (1 JOUR)

Module	Contenu	Méthode
Accueil	Tour de table — Présentation des objectifs — Recueil des situations vécues depuis la dernière formation	Échange participatif
Retour d'expérience	Échanges sur les pratiques en entreprise — Analyse de situations vécues — Questions des SST — Difficultés rencontrées	Discussion de groupe
Actualisation prévention	Rappel du rôle du SST — Mise à jour des connaissances en prévention des risques — Actualisation des textes réglementaires	Apports + échanges
Révision gestes de secours adaptés à votre métier	Protection et alerte — Conduites à tenir face aux différentes situations d'accident — Remise à niveau des gestes essentiels	Démonstration + pratique
Actualisation techniques	Réanimation cardio-pulmonaire (RCP) adulte / enfant / nourrisson — Utilisation du DAE — Prise en charge des situations spécifiques au secteur	Entraînement sur mannequins
Épreuves certificatives	Mise en situation pratique d'accident simulé — Évaluation des 7 compétences selon le référentiel INRS	Évaluation individuelle
Bilan	Questions / réponses — Remise certificats renouvelés et attestations — Questionnaire de satisfaction	Échange
<b>TOTAL — MAC SST — Maintien et Actualisation des Compétences — Durée totale : 7 h</b>		

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

<b>Pratique majoritaire</b> Mises en situation terrain	<b>Échanges d'expériences</b> Retour terrain entreprise	<b>Entraînement mannequins</b> Adulte / enfant / nourrisson + DAE	<b>Ludopédagogie</b> Jeux pédagogiques ForPrev
<b>ÉVALUATION</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Évaluation continue tout au long de la formation</li> <li>Épreuves certificatives et formatives conformes au référentiel INRS</li> <li>Grilles de certification INRS</li> </ul>		<b>LIVRABLES</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mémo INRS remis à chaque stagiaire</li> <li>Feuille d'émargement</li> <li>Certificat SST renouvelé 24 mois (si validation)</li> <li>Attestation de réussite</li> </ul>	

 **Accessibilité handicap** : formation adaptée aux personnes en situation de handicap. En tant qu'Infirmière Diplômée d'État, Laure PIPET est votre référente handicap et adapte les modalités selon vos besoins.

## VALEUR AJOUTÉE BAME PRÉVENTION

<b>Remise à niveau dynamique</b> Actualisation concrète et terrain	<b>Approche ludique</b> Jeux pédagogiques ForPrev	<b>Pratique terrain</b> Scénarios secteur entreprise	<b>Formatrice certifiée</b> Expertise para médicale et pédagogique
---	--	---	---