

Sauveteur secouriste du travail (SST).

Formation initiale — Protéger. Examiner. Alerter. Secourir.

En bref

Durée	14 heures , sur 2 journées de 7 h (9 h – 12 h 30 / 13 h 30 – 17 h). Durée allongée si des risques spécifiques à votre entreprise doivent être traités
Format	Dans vos locaux , à Marseille et dans les Bouches-du-Rhône : le formateur apporte tout le matériel. Ou en session inter-entreprises dans notre salle de la Canebière, à Marseille
Effectif	4 à 10 participants
Tarif	Dans vos locaux : 1 200 € HT par groupe de 4 à 10 participants, quel que soit le nombre. En inter-entreprises : 250 € HT par personne
Financement	OPCO possible selon votre situation, hors CPF
Délai d'accès	11 jours ouvrés minimum entre l'inscription et l'entrée en formation
Sanction	Certificat SST officiel , valable 24 mois
Recyclage	MAC SST : 7 heures tous les 24 mois
Habilitation	Habilité INRS / Assurance Maladie – Risques professionnels, n° H35950/2025/SST-1/O/07
Contact	07 67 13 62 43 — hsbforma.com

Pour qui ?

- Tout salarié, quel que soit son poste, volontaire ou désigné par l'entreprise.
- Les entreprises qui veulent disposer de sauveteurs secouristes formés dans chaque équipe, sur chaque site.

Prérequis

- Aucun prérequis.

- Une tenue permettant les exercices au sol.

Objectifs : à la fin de la formation, vous saurez

Intervenir face à un accident du travail

1. Situer votre rôle de sauveteur secouriste du travail dans l'organisation des secours de l'entreprise.
2. **Protéger** : supprimer ou isoler le danger, sans vous exposer.
3. **Examiner** la victime pour repérer les signes d'une urgence vitale.
4. **Alerter** ou faire alerter les secours, selon l'organisation de votre entreprise, en transmettant les bonnes informations.
5. **Secourir** la victime avec le geste adapté, jusqu'à l'arrivée des secours.

Contribuer à la prévention dans l'entreprise

6. Situer votre rôle dans la démarche de prévention de l'entreprise.
7. Repérer une situation dangereuse et proposer des mesures pour la supprimer ou la réduire.
8. Informer les bonnes personnes des situations dangereuses repérées.

Programme

Journée 1 — Le rôle du SST, la prévention, protéger, examiner, alerter

Séquence	Contenu
Accueil	Présentation, objectifs de chacun, déroulé des 2 jours, validité du certificat et recyclage
Le rôle du SST	Le cadre juridique de l'intervention, la place du SST dans l'entreprise
La prévention des risques	Les enjeux de la prévention ; les acteurs internes et externes ; les documents de prévention de l'entreprise ; repérer une situation dangereuse et que faire
Protéger	Analyser la zone après un accident ; intervenir sans danger ; le dégagement d'urgence ; l'alerte aux populations
Examiner	Repérer les signes qui indiquent que la vie de la victime est menacée ; décider de l'action à mener

Séquence	Contenu
Alerter ou faire alerter	Les numéros d'urgence ; le message d'alerte ; l'organisation des secours propre à votre site
Premières mises en situation	Cas simples, au plus près de vos postes de travail

Journée 2 — Secourir : les 8 situations du référentiel national

Situation	Ce que vous apprenez à faire
La victime saigne abondamment	Arrêter le saignement : compression, pansement compressif, garrot ; cas particuliers
La victime s'étouffe	Les gestes pour libérer les voies aériennes : adulte, enfant, nourrisson, personne obèse ou femme enceinte
La victime se plaint d'un malaise	La mise au repos, les signes à observer, reconnaître un AVC ou un accident cardiaque
La victime se plaint de brûlures	La conduite à tenir selon la brûlure : thermique, chimique, électrique
Une douleur empêche certains mouvements	Les traumatismes des membres, du cou et de la tête ; ne pas aggraver
La victime a une plaie qui ne saigne pas abondamment	Évaluer la gravité ; la conduite à tenir ; le membre sectionné
La victime ne répond pas mais respire	Vérifier la conscience et la respiration ; la position latérale de sécurité
La victime ne répond pas et ne respire pas	La réanimation cardio-pulmonaire (adulte, enfant, nourrisson) et l'utilisation du défibrillateur automatisé externe

Puis : mises en situation d'accident simulé, reprenant les risques de votre activité, et évaluation finale.

Ce qui est inclus dans le prix

- La formation de 14 h par un formateur SST habilité, et tout le matériel pédagogique.
- Dans vos locaux : le déplacement du formateur à Marseille et dans les Bouches-du-Rhône.
- Le certificat SST officiel de chaque participant qui valide les compétences.
- Le dossier administratif complet : programme, convention, feuilles d'émargement, attestations de fin de formation, utiles pour votre dossier OPCO.
- Des exercices construits sur les risques réels de vos postes de travail.

Pourquoi choisir HSB Forma

- **Habilité par l'INRS et l'Assurance Maladie** (n° H35950/2025/SST-1/O/07) et **certifié Qualiopi** : deux contrôles indépendants.
- **Tout est écrit ici** : objectifs, programme, évaluation, prix, délai, accessibilité. Pas de surprise au devis.
- **Prix par groupe** dans vos locaux : former 10 salariés coûte le même prix que former 4.
- **Réponse sous 48 heures ouvrées**, avec un devis et un avis clair sur le financement.

Méthodes pédagogiques

- 70 % de pratique : gestes répétés sur mannequin, mises en situation d'accident simulé.
- Scénarios construits à partir de vos postes et de vos locaux quand la formation a lieu chez vous.
- Matériel pédagogique apporté par le formateur, conforme aux exigences de l'INRS (mannequins, défibrillateur de formation, matériel de simulation).
- Déroulé conforme au référentiel et au guide des données techniques SST de l'INRS.

Évaluation

- **Pendant la formation** : évaluation continue au fil des exercices et des mises en situation.
- **À la fin** : évaluation des compétences selon la grille nationale de l'INRS (mise en situation d'accident simulé et questions sur la prévention).
- Le **certificat SST officiel** est délivré au participant qui a validé l'ensemble des compétences ; il est valable 24 mois.
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation ; attestation de fin de formation.

Le formateur

Un formateur SST habilité pour animer cette formation dans le réseau INRS / Assurance Maladie – Risques professionnels, à jour de son propre maintien de compétences.

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Tout besoin d'adaptation est recueilli à l'inscription et étudié avec notre référent handicap avant l'entrée en formation. Certains gestes pratiques demandent une mobilité minimale : nous en parlons ensemble pour trouver la solution adaptée.

Questions fréquentes

L'employeur doit-il former des sauveteurs secouristes ? Le Code du travail (article R4224-15) impose qu'un membre du personnel soit formé aux premiers secours dans chaque atelier où sont effectués des travaux dangereux, et sur chaque chantier employant au moins 20 travailleurs pendant plus de 15 jours où sont réalisés des travaux dangereux. Au-delà de cette obligation, avoir des SST dans chaque équipe est la façon la plus simple d'organiser les secours.

Combien de temps le certificat est-il valable ? 24 mois. Pour le conserver, le sauveteur suit un MAC SST de 7 heures tous les 24 mois.

Faut-il préparer quelque chose dans nos locaux ? Une salle avec de l'espace au sol pour les exercices. Le formateur apporte tout le matériel.

La formation peut-elle être financée ? Une prise en charge par votre OPCO est possible selon votre situation. Nous vous aidons à monter la demande ; la formation n'est pas finançable par le CPF.

Inscription

1. Vous nous appelez (07 67 13 62 43) ou remplissez le formulaire sur hsbforma.com.
2. Sous 48 heures ouvrées : programme, devis et réponse claire sur le financement.
3. Nous fixons ensemble les dates, le lieu et les risques de votre activité à intégrer aux exercices.
4. Convention de formation, puis entrée en formation 11 jours ouvrés minimum après l'inscription.

HSB FORMA/CONSEIL — organisme certifié Qualiopi (n° QUA22010061) au titre des actions de formation — NDA 93830650883. Formation SST : habilité INRS / Assurance Maladie – Risques professionnels, n° H35950/2025/SST-1/O/07.

HSB FORMA/CONSEIL — SAS au capital de 3 000 € — SIRET 901 733 592 00017

Déclaration d'activité n° 93830650883 (préfet de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur). *Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.*

Certifié Qualiopi n° QUA22010061 (ACTIVCERT) au titre des actions de formation.