

Journée 1 :

1 / Présentation de la formation SST, et des objectifs à atteindre. Durée 15 minutes

2 / Prévention. Durée 03h00

- Participer à la prévention des risques de transmission du COVID-19 - Durée 10 minutes
- Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise - Durée 01h40
- Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail - Durée 25 minutes
- Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention - Durée 25 minutes
- Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise - Durée 20 minutes

3 / Secourir - Durée 03h50

- Protéger de façon adaptée - Durée 30 minutes
- Examiner la victime - Durée 25 minutes
- Garantir une alerte favorisant l'arrivée des secours adaptés au plus près de la victime - Durée 20 minutes
- Secourir la victime de manière appropriée
 - La victime saigne abondamment - Durée 55 minutes
 - La victime s'étouffe - Durée 40 minutes
 - La victime se plaint de malaise - Durée 01h00

Journée 2

4 / Réveil pédagogique - Durée 30 minutes

5 / Secourir- Durée 03h55

- Secourir la victime de manière appropriée
 - La victime se plaint de brûlure - Durée 20 minutes
 - La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements - Durée 25 minutes
 - La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment - Durée 35 minutes
 - La victime ne répond pas mais elle respire - Durée 55 minutes
 - La victime ne répond pas et ne respire pas - Durée 01h40

6 / Ateliers d'entraînement et de perfectionnement à la réalisation des gestes - Durée 20 minutes

7 / Epreuves certificatives - Durée 02h00

8 / Bilan de formation - Durée 10 minutes

Les références réglementaires

Article L6313-1 du code du travail (Acquisition, entretien ou perfectionnement de connaissances)

Article L 231 - 3 - 1 du code du travail (Obligation de formation)

Article L 4224 - 15 du code du travail (Obligation de présence de secourisme avec une formation)

Article L 4224 – 16 du code du travail (Obligation d'organiser les soins d'urgence à donner aux salariés accidentés)

Version janvier 2026