



DÉCOUVREZ VOS COMPÉTENCES  
EN SAUVETEUR SECOURISTE

MISE À JOUR : 27 MARS 2026



## Objectif de la formation

Être capable de prévenir des risques liés à son activité, d'assurer sa sécurité ainsi que celle de la/les victime(s) et celle des éventuels témoins



## Public et pré-requis

Tout public (4 à 10 personnes)  
Aucun pré-requis



## Durée

14 heures



## Lieu

6 avenue de Verdun Coutances (50200)



## Coût de la formation

Demande de devis



## Intervenants

Formateur salarié de FLP Formation ou sous-traitant titulaire du certificat de formateur SST à jour.



## Validation

Obtention du certificat SST après avoir suivi la totalité de la formation et satisfait aux épreuves certificatives dans leur intégralité. Le certificat SST à une validité de 24 mois.

## Supports pédagogiques et équipements techniques

La formation SST est essentiellement pratique. Démonstrations des gestes commentées par le formateur.

Application théorique des gestes par le stagiaire et réalisation de cas pratiques avec mise en situation d'intervention.

Tout le matériel nécessaire pour la formation SST est mise à disposition par le formateur : support de cours, plan d'intervention, mannequins RCP (adulte, enfant, bébé) avec peau de visage et sac d'insufflation à usage individuel, défibrillateur, ensemble de maquillage, gilet pédagogique Heimlich. Un livret pédagogique est remis au candidat en début de formation.



# PROGRAMME

Accueil, présentation et tour de table.

Titre du module (durée)	Contenu
1- La prévention	<p>Connaître et comprendre la réglementation en vigueur concernant la prévention des risques professionnels                      La prévention des risques (enjeux, acteurs, AT/MP...)                      Échanges sur les pratiques de l'entreprise                      Le mécanisme d'apparition du dommage                      Les principes généraux de prévention                      Le rôle du sauveteur secouriste du travail                      Les indicateurs en SST et définitions                      Le cadre juridique du SST</p>
2- La conduite à tenir en cas d'accident	<p><b>Examiner :</b> les urgences vitales, la recherche de signe  <b>L'alerte et l'information :</b> les moyens d'alerte, les numéros d'urgence, le message d'alerte  <b>Faire alerter et informer :</b> les interlocuteurs en matière de prévention, l'intérêt d'informer face à une situation à risque, la description d'une situation dangereuse                      La victime saigne abondamment : les saignements abondants externes et extériorisés, les gestes associés, cas particulier (saignement abondant avec corps étranger, saignement de nez...)  <b>La victime s'étouffe :</b> l'étouffement grave ou partiel, les gestes associés pour les adultes, les enfants, les nourrissons, les femmes enceintes, etc...</p>



# PROGRAMME

Titre du module (durée)	Contenu
3- Secourir 3 à 6	<p>Cas concrets et réactivation mémoire de J1</p> <p><b>La victime se plaint de malaise</b> : les signes de malaise, la mise au repos, le questionnement de la victime et des témoins, l'alerte, les cas particuliers</p> <p><b>La victime se plaint de brûlures</b> : les différents types de brûlures, conduite à tenir pour les brûlures thermiques, chimiques, électriques et pour les brûlures internes par ingestion ou inhalation</p> <p><b>La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements</b> : les différents traumatismes, les positions d'attente</p> <p><b>La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment</b> : la détermination de la gravité d'une plaie, conduite à tenir pour les plaies graves, conduite à tenir pour les plaies simples, les membres sectionnés</p>
4- Secourir 7 et 8 évaluation et conclusion	<p><b>La victime ne répond pas, mais elle respire</b> : rappel d'examiner, la position latérale de sécurité, les cas particuliers</p> <p><b>La victime ne répond pas et ne respire pas</b> : la prise en charge des victimes d'arrêt cardio-respiratoire</p> <p>Les gestes associés pour les adultes, les enfants et les nourrissons, les cas particuliers</p> <p>Cas concrets de certifications et entretien de prévention</p> <p>Quiz télécommande</p> <p>Synthèse et conclusion</p>

Bilan, synthèse et évaluation de satisfaction.