



LENS GROUP
FORMATIONS

Programme de formation SST (Initiale)

Réf. : 03PSF03

Durée : 2 jours 14h – Présentiel

Public : Tout salarié volontaire souhaitant devenir SST.

Capacité : 10 stagiaires maximum.

Prérequis : Aucun.

Évaluation : Continue + certificative.

Validation : Certificat SST INRS (24 mois) Organisme habilité INRS n°H330872024SST1O08

Objectifs :

- ✓ Intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail.
- ✓ Mettre en œuvre les gestes de premiers secours adaptés.
- ✓ Examiner la victime selon l'ordre prioritaire vital.
- ✓ Alerter les secours de manière appropriée.
- ✓ Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise.

Journée 1

Matin :

- Accueil et présentation de la formation
- Rôle du SST dans l'entreprise
- Prévention : danger, situation dangereuse, accident
- Protéger : sécurisation, suppression ou isolement du danger
- Exercices pratiques (situations simulées)

Pause 10h00

- Examiner la victime :
 - o Recherche des signes vitaux
 - o Conscience / respiration / saignements
- Exercices d'analyse

Pause méridienne

Après-midi :

- Alerter : numéros d'urgence / transmission des informations
- Secourir – gestes essentiels :
- Saignement abondant
- Etouffement
- Inconscience → PLS
- Malaise
- Mises en situation guidées



Pause 16h00

- Entraînement pratique intensif

Journée 2

Matin :

- Révision des acquis du J1
- Cas concrets :
 - o Brûlures
 - o Traumatismes
 - o Electrification
 - o Arrêt cardiaque
- Utilisation du DAE
- Exercices pratiques

Pause 10h00

- Prévention en entreprise :
 - o DUERP
 - o Acteurs internes / externes
 - o Remontée d'informations
- Notions de risque, événement déclencheur

Pause méridienne

Après-midi :

- Scénarios d'accident simulés
- Évaluation certificative (référentiel INRS V3)
- Débriefing
- Remise des certificats SST
- Support INRS remis au stagiaire