PROGRAMME DE FORMATION

COMMENSALES Formation · 46 rue Marc Mougneres, 40210 Labouheyre

MAC SST

Le MAC SST permet au Sauveteur Secouriste du Travail de maintenir et actualiser ses compétences en secours et en prévention, à partir de retours d'expérience, d'actualisations techniques et de mises en situation. La réussite aux épreuves certificatives permet de prolonger la validité du certificat SST pour une nouvelle période de 24 mois.

Public	Salariés titulaires d'un certificat SST souhaitant maintenir et actualiser leurs compétences et prolonger la validité de leur certification.
Prérequis	Être titulaire du certificat SST délivré par une entité habilitée. Les titulaires d'un certificat APS sont réputés détenir le certificat SST dans les conditions prévues par le dispositif.
Durée	7 heures minimum en présentiel.
Effectif	De 4 participants minimum à 10 participants maximum.
Lieu et modalité	Présentiel, dans vos locaux (Landes et Nouvelle-Aquitaine).
Tarif	Dès 180 € HT par personne en inter · 1 050 € HT par groupe en intra (4 à 10 personnes)
Délai d'accès	Réponse sous 48 h ouvrées. Formation possible sous 2 à 4 semaines, selon vos disponibilités et notre calendrier.
Validation	Certificat valable 24 mois

Objectifs pédagogiques

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

- Actualiser ses compétences pour intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail.
- Réviser et mettre en pratique les conduites à tenir : protéger, examiner, faire alerter ou alerter et secourir.
- Actualiser ses compétences en prévention des risques professionnels.
- Analyser les retours d'expérience depuis la précédente formation.
- Démontrer ses compétences lors des épreuves certificatives du MAC.

Programme détaillé

1. Retour d'expérience depuis la dernière formation SST

- Situations rencontrées, difficultés et bonnes pratiques.
- Évolution de l'organisation des secours et de la prévention dans l'entreprise.

2. Actualisation des compétences de secours

- Protéger de façon adaptée.
- Examiner la victime.
- Garantir une alerte adaptée.
- Secourir selon la situation rencontrée.
- Révision et mise en pratique des conduites à tenir à partir de situations simulées.

3. Actualisation des compétences en prévention

- Repérer les dangers et les situations dangereuses.
- Caractériser les risques professionnels.
- Transmettre les informations utiles et proposer des pistes d'amélioration.

4. Mises en situation et certification

- Simulations d'accidents du travail.
- Épreuves certificatives prévues par le référentiel MAC SST.

Méthodes et moyens pédagogiques

Formation présentielle et pratique : retours d'expérience, échanges dirigés, démonstrations, révisions techniques, simulations d'accidents du travail, analyse de situations de prévention et évaluations formatives.

Évaluation et validation

Deux épreuves certificatives sont organisées en fin de MAC. Épreuve 1 : situation d'accident du travail simulée portant sur les compétences 2, 3, 4 et 5 (6 minutes par personne). Épreuve 2 : questionnement simple portant sur les compétences 6, 7 et 8 en matière de prévention. La totalité des deux épreuves ne doit pas excéder 1 heure.

À l'issue du MAC et sous réserve de réussite aux épreuves certificatives, la validité du certificat SST est prolongée pour 24 mois. Le MAC doit être suivi tous les 24 mois pour maintenir la certification.

École en ligne

Inclus : accès à l'école en ligne COMMENSALES pour préparer et réviser (cours, quiz corrigés, fiches), avec narrateur et loupe. Il complète le présentiel, il ne le remplace pas.

Financement

Tarifs HT, sans frais de déplacement à moins de 40 km de Labouheyre (au-delà : sur devis). Nous vous aidons à préparer votre demande de prise en charge (OPCO, France Travail…).

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap : signalez votre besoin avant la formation, nous étudions ensemble les adaptations (rythme, supports, lieu, matériel). L'école en ligne propose un narrateur, une loupe jusqu'à 200 % et un mode de lecture facilitée. Référent handicap : Antonio Dominguez, formation@commensales.fr, 07 71 59 66 26.

Références

Document de référence du dispositif Sauvetage Secourisme du Travail (SST) — Version 8 — 01/2021.
Guide des données techniques et conduites à tenir SST — Version 5 — 01/2024.

Contact et inscription

COMMENSALES Formation — 46 rue Marc Mougneres, 40210 Labouheyre
formation@commensales.fr · 07 71 59 66 26 · Référent handicap : Antonio Dominguez

Programme à jour au 05/11/2026. Les modalités pratiques (dates, lieu, horaires, nombre de participants) sont précisées dans la proposition ou la convention de formation.