



Ergonomie



Bien-être au travail



Risques psychosociaux



Sécurité au travail



Management



Incendie



Secourisme



Hygiène



Habilitation électrique



Risques routiers



ÉDITO

Preventech Formation est la filiale de Preventech Consulting dédiée à la formation professionnelle.

Au sein de **Preventech Formation**, nous avons développé une offre de **plus de 70 formations** en intra-entreprise qui s'articulent autour de 10 thématiques dont trois prédominantes : **la Sécurité au travail, l'Ergonomie et les Risques Psychosociaux.**



Marjorie Dumont-Crisolago
Présidente en charge de la
direction commerciale
et marketing

Notre Objectif : accompagner nos clients dans leur démarche de prévention à travers nos formations.

La Sécurité est une préoccupation qui existe en France depuis longtemps. En revanche, les **métiers de l'Ergonomie, pour lesquels la France est un des pays les plus en retard d'Europe,** et les Risques Psychosociaux, sont des sujets plus récents liés à une actualité souvent grave. Preventech Formation a développé ces thèmes et les adapte aux problématiques de votre secteur d'activité.

A l'échelle nationale, le coût des accidents du travail et des maladies professionnelles est estimé à **6 800 M€.**

Le nombre de journées de travail perdues ? **35 millions par an.**

La prévention par la formation est un atout majeur pour prémunir votre entreprise.

Parallèlement à notre catalogue de formation, nous adaptons des modules sur mesure à la demande de nos clients et dans tous nos domaines d'expertise.

Et nous intervenons bien évidemment sur toute la France !

Preventech Formation a mis en place toutes les formations susceptibles d'améliorer les conditions de travail de vos salariés : tant sur les formations obligatoires que sur les formations permettant un véritable confort au quotidien.

En 2012, nous étions déjà dans cette perspective en développant des formations sur :

- ⇒ Les TMS (3 nouvelles formations)
- ⇒ La pénibilité (2 nouvelles formations)
- ⇒ Les formations recyclages en ergonomie
- ⇒ Les formations au bien-être (3 formations)
- ⇒ Les risques psychosociaux au sein du Document Unique

En 2013, nous avons développé des formations autour de la problématique de l'accompagnement :

- ⇒ Accompagnement au changement
- ⇒ Comment optimiser son plan d'action en Santé Sécurité au Travail ?
- ⇒ Perception du risque, comportement et sécurité :
comment agir ensemble pour une meilleure prévention ?
- ⇒ Managers de proximité : Etre acteur de la santé et de la sécurité de ses collaborateurs
- ⇒ Formation PRAP
- ⇒ **Formation EVRP (habilitée par l'INRS et la CRAMIF)**
- ⇒ **Les exercices d'échauffements**
- ⇒ Le coaching individuel et collectif
- ⇒ **La semaine de l'ergonomie**
- ⇒ La semaine du bien-être

Nous avons également mis en place des prestations modulables pour être toujours plus à votre écoute, avec différents packages :

- ◆ **Suivi de la formation réalisée par l'envoi de l'actualité et de la veille réglementaire, pendant 1 an.**
- ◆ Relance du formateur 6 mois après la fin de la formation afin de répondre aux questions du stagiaire.
- ◆ Quota de 3 et 5 questions à poser par mail à son formateur, après la formation.
- ◆ Analyse de cas, 6 mois après la formation avec le formateur.
- ◆ Coaching individualisé et personnalisé pour les stagiaires, collaborateurs et managers.

*Notre objectif est de vous permettre de **mesurer l'impact de nos formations** sur le terrain, avec des résultats tangibles.*

FORMATIONS ERGONOMIE**p.5 à 21**

- ◆ Ergonomie au poste de travail - Adaptée à vos métiers
- ◆ Ergonomie au poste de travail - Adaptée à vos métiers, « Recyclage »
- ◆ Travail sur écran - Les bonnes pratiques
- ◆ Formation action - Aménager son poste de travail
- ◆ **Formation d'acteur PRAP : Industrie** - BTP - Commerce
- ◆ **Maintenir et actualiser les compétences d'auteur PRAP (Recyclage) : Industrie** - BTP - Commerce
- ◆ Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) - Sensibilisation
- ◆ **Mettre en œuvre une démarche de prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)**
- ◆ Analyse des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)
- ◆ **Technique d'analyse d'un poste de travail**
- ◆ Réaliser un diagnostic pénibilité
- ◆ Sensibilisation à la pénibilité : Quoi ? Pourquoi ? Comment ?
- ◆ Comment optimiser son plan d'actions en Santé Sécurité au Travail ?
- ◆ **Sensibilisation au maintien dans l'emploi**
- ◆ Sensibilisation au handicap
- ◆ **Mise en place de séances d'échauffements avant la prise de poste**

FORMATIONS BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL**p.22 à 26**

- ◆ Hygiène de vie au travail
- ◆ Sommeil – Fatigue – Vigilance
- ◆ Préserver son capital santé en milieu professionnel
- ◆ Travail et bien-être : **Prévenir les TMS par l'exercice physique et la relaxation**

FORMATIONS RISQUES PSYCHOSOCIAUX**p.27 à 40**

- ◆ Mieux gérer le stress pour gagner en efficacité
- ◆ Mieux gérer le stress pour avoir une équipe efficace (Managers)
- ◆ Incivilités externes - Gérer le stress relationnel (Client)
- ◆ Incivilités internes - Gérer le stress relationnel (Collègues, Managers)
- ◆ Enjeux et définition des risques psychosociaux pour les Managers
- ◆ Enjeux et définition des risques psychosociaux pour les DRH et les Élus
- ◆ **Prévenir les risques psychosociaux (Réunion d'information)**
- ◆ **Évaluation des risques psychosociaux dans le cadre de l'élaboration d'un Document Unique d'évaluation des risques professionnels**
- ◆ **Mieux communiquer en situation d'interculturalité**
- ◆ Le bien-être au travail
- ◆ Mieux vivre le stress au travail
- ◆ Gestion des conflits et de la violence dans la relation - Professionnels et usagers
- ◆ Management des risques psychosociaux

FORMATIONS SECURITE AU TRAVAIL**p.41 à 54**

- ◆ Perception du risque, comportement et sécurité : comment agir ensemble pour une meilleure prévention ?
- ◆ **S'approprier la démarche d'évaluation des risques professionnels (EVRP1)**
- ◆ **Comment gérer son plan d'action ? (EVRP2)**
- ◆ **Evaluation des risques professionnels (Habileté par l'INRS, la CRAMIF et la CARSAT)**
- ◆ Formation générale à la sécurité
- ◆ Managers de proximité : Être acteur de la santé et de la sécurité de ses collaborateurs
- ◆ Réaliser son plan de prévention
- ◆ **Gestion de la sécurité par le chef d'entreprise**
- ◆ **Rôle et enjeux du comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail (C.H.S.C.T.)**
- ◆ **Connaissance et usage des produits d'entretien et de nettoyage**
- ◆ Risques Chimiques - Sensibilisation
- ◆ Risques Chimiques
- ◆ Devenir référent sécurité

FORMATIONS SÉCURITÉ MANAGEMENT

p.55 à 62

- ◆ Accompagnement au changement
- ◆ Managers de proximité : Être acteur de la santé et de la sécurité de ses collaborateurs
- ◆ Optimisez votre efficacité managériale
- ◆ **Renforcement de l'optimisation managériale**
- ◆ Le tutorat - **Remobiliser les seniors au sein de l'entreprise**
- ◆ **Comment conduire un entretien d'évaluation**
- ◆ Comment conduire un entretien à fort enjeu personnel et professionnel
- ◆ Le Mentorat : transferts intergénérationnels - Développer et exercer ses facultés de mentor en tant que junior ou senior

MANAGEMENT

FORMATIONS INCENDIE

p.63 à 67

- ◆ Exercice d'évacuation
- ◆ Formation incendie
- ◆ Formation évacuation « **Chargé et responsable d'évacuation** » (Guide et serre-file)
- ◆ Formation incendie - Equipier de Première Intervention
- ◆ Formation incendie - Equipier de Seconde Intervention

INCENDIE

FORMATIONS SECOURISME

p.68 à 72

- ◆ Sauveteur secourisme du travail (SST)
- ◆ Maintien et actualisation des compétences (Anciennement recyclage SST)
- ◆ Utilisation du défibrillateur
- ◆ Formation à la réanimation cardio-pulmonaire
- ◆ Secourisme et prévention aux jeunes enfants MD1

SECOURISME

FORMATIONS HYGIÈNE

p.73

- ◆ Guide des bonnes pratiques de l'hygiène des restaurateurs (H.A.C.C.P.)

HYGIÈNE

FORMATIONS HABILITATION ÉLECTRIQUE

p.74 à 80

- ◆ Signification des lettres et chiffres
- ◆ Habilitation électrique du personnel non électricien « B0-H0 »
- ◆ Habilitation électrique du personnel électricien « BR-H0 »
- ◆ Habilitation électrique du personnel non électricien « BS-H0 »
- ◆ Habilitation électrique du complément haute tension « HC »
- ◆ Recyclage du personnel habilité basse tension « RBR »
- ◆ Habilitation électrique du personnel électricien « B1V-B2V-BP-BC »

HABILITATION
ÉLECTRIQUE

FORMATIONS RISQUES ROUTIERS

p.81 à 82

- ◆ Risques routiers

RISQUES
ROUTIERS



Ergonomie

Avec l'augmentation de l'apparition des Troubles MusculoSquelettiques (TMS), l'entreprise se doit de prendre en compte les conditions de travail.

C'est à travers nos formations en Ergonomie que Preventech Formation vous accompagne pour sensibiliser l'ensemble des acteurs de votre entreprise.

Nous vous proposons :



Des **formations terrain** destinées à connaître les bonnes pratiques de travail dans les actions et les manipulations exercées.



Des formations destinées à rendre vos acteurs **autonomes** dans l'identification des contraintes et la mise en place de démarches de prévention des risques.



Ergonomie au poste de travail adaptée à vos métiers

Objectif :

Former les stagiaires aux techniques de manutention adaptées à leur poste de travail.

Programme :

Théorie (1/2 journée) :

- ⇒ Introduction et généralités
 - ◆ Définition de l'ergonomie
 - ◆ Objectifs de l'ergonomie
- ⇒ Les situations de travail
 - ◆ Ambiance physique de travail
 - ◆ Manutention
- ⇒ Comment agir pour la prévention de ces risques (pour ne pas se blesser)
 - ◆ Bons comportements
 - ◆ Respect des règles de sécurité

Pratique (1/2 journée) :

- ⇒ Mise en situation des stagiaires à leur poste de travail
- ⇒ Mini-étude d'ergonomie
- ⇒ Films et photos sur le poste de travail afin d'évaluer les bonnes et mauvaises postures

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	8 maximum	Employés ayant un poste de travail à manutention manuelle et travail répétitif	Un ergonome	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 150 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

DIRECTIVE DU CONSEIL du 29 mai 1990 concernant les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives à la manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs (quatrième directive particulière au sens de l'article 16 paragraphe 1 de la directive 89/391/CEE) (90/269/CEE)

Article R4541-1 Les dispositions du présent chapitre s'appliquent à toutes les manutentions dites manuelles comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables.

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque.

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Article L4141-1 L'employeur organise et dispense une information des travailleurs sur les risques pour la santé et la sécurité et les mesures prises pour y remédier.

Article R4541-5 Lorsque la manutention manuelle ne peut pas être évitée, l'employeur :

1° Évalue les risques que font encourir les opérations de manutention pour la santé et la sécurité des travailleurs ;

2° Organise les postes de travail de façon à éviter ou à réduire les risques, notamment dorso-lombaires, en mettant en particulier à la disposition des travailleurs des aides mécaniques ou, à défaut de pouvoir les mettre en œuvre, les accessoires de préhension propres à rendre leur tâche plus sûre et moins pénible.



Ergonomie au poste de travail adaptée à vos métiers (Recyclage)

Objectif :

Former les salariés 8 à 12 mois après la formation initiale, pour leur permettre de mieux limiter les troubles physiques liés à de mauvais gestes ou de mauvaises postures dans leur activité professionnelle.

Programme :

1^{ère} étape : Quizz d'évaluation avant la formation **2h**

2^{ème} étape : Animation de la formation

Théorie (1h) :

- ⇒ Les situations de travail
 - ◆ Ambiances physiques de travail
 - ◆ Retour d'expérience des salariés
 - ◆ Observations faites par l'ergonome
- ⇒ Les risques liés à l'activité
 - ◆ Activités
 - ◆ Risques associés
- ⇒ Comment agir pour la prévention de ces risques?
 - ◆ Bons comportements
 - ◆ Respect des règles de sécurité

Pratique (2h) :

- ⇒ Mise en situation des stagiaires à leur poste de travail
- ⇒ Mini-étude d'ergonomie
- ⇒ Films et photos sur le poste de travail afin d'évaluer les bonnes et mauvaises postures
- ⇒ Débriefing en salle de formation et visionnage des séquences vidéo avec les stagiaires

3^{ème} étape : Création du compte-rendu de la formation **2h**

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	8 maximum	Tous les salariés	Un ergonome	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 150 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

Manutention manuelle Décret du 03/09/92 n° 926.58
Code du Travail R-66 à R231.72 R3.231-71



Travail sur écran Les bonnes pratiques

Objectif :

Sensibiliser les stagiaires à l'ergonomie des postes de travail assis, apporter des recommandations sur les différents éléments physiques composant le poste de travail, et proposer des améliorations sur les postures à adopter.

Programme :

Théorie (½ journée) :

- ⇒ Introduction et généralités sur l'ergonomie
- ⇒ Les ambiances physiques de travail et l'amélioration du poste de travail
- ⇒ Les normes ergonomiques et recommandations préconisées
 - ◆ L'écran
 - ◆ Le clavier
 - ◆ Le siège
 - ◆ La table de travail
 - ◆ L'assise au bureau
 - ◆ La prévention des TMS ...

Pratique (½ journée) :

- ⇒ Mise en situation des stagiaires
- ⇒ Mini-étude d'ergonomie
- ⇒ Films et photos sur le poste de travail afin d'évaluer les bonnes et mauvaises postures
- ⇒ Débriefing en salle de formation et visionnage des séquences vidéo avec les stagiaires

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	10 maximum	Employés dans le secteur tertiaire	Un ergonomiste	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 100 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes



Formation action Aménager son poste de travail

Objectif :

Améliorer la posture de chaque salarié et le réglage de son poste de travail pour éviter les douleurs et la fatigue inutile liées au travail prolongé sur ordinateur, connaître et appliquer les exercices de détente musculaire.

Programme :

Théorie (2h30) : Apprendre à bien utiliser son poste de travail

- ⇒ Comment améliorer son confort visuel lors d'un travail prolongé sur écran ?
- ⇒ Quelle posture adopter à son poste de travail ?
- ⇒ Quelles sont les ambiances physiques optimales (bruit, température, éclairage...)
- ⇒ Comment régler son siège et son écran ?
- ⇒ Comment aménager son poste et son plan de travail ?
- ⇒ Démonstration d'exercices de détente musculaire (dos, épaules, nuque, poignets...)

Pratique (1h30) : Aménagement par le stagiaire de son poste de travail et validation du nouvel aménagement par l'ergonome

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 demi-journée	5 maximum	Employés dans le secteur tertiaire	Un ergonome	Intra-entreprise	800 € HT par groupe, soit 160 € HT par stagiaire pour un groupe de 5 personnes



Formation d'acteur PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique) Industrie - BTP - Commerce

Objectif :

- ⇒ Connaître les risques liés à son activité physique
- ⇒ Observer et analyser sa situation de travail
- ⇒ Adopter de bonnes pratiques et des gestes appropriés à la tâche à effectuer
- ⇒ Maîtriser le risque en proposant toute idée d'amélioration technique ou organisationnelle

Programme :

Théorie :

- ⇒ Les accidents du travail, les maladies professionnelles, les préjudices humains et économiques pour l'entreprise, les différents acteurs de la prévention
- ⇒ Les risques de son métier
- ⇒ Le fonctionnement du corps humain et ses limites, les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- ⇒ Les facteurs de risques biomécaniques, psychosociaux, individuels et ceux liés à l'environnement physique
- ⇒ Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle de charges

Pratique :

- ⇒ Description de son activité, repérage des situations à risques, description des causes d'exposition, recherche de pistes d'amélioration en accord avec les principes généraux de prévention
- ⇒ Présentation des techniques gestuelles adaptées et mise en application

Modalités pédagogiques :

- ⇒ Exposé participatif, exercices pratiques, travaux en sous-groupes, travaux intersessions, validation des connaissances et des compétences
- ⇒ Compétences validées et délivrance d'un **Certificat d'Acteur PRAP**

Recyclage : 7h tous les 24 mois

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées + 3 journées de préparation et analyse des éléments	De 6 à 8	Tous les salariés des secteurs de l'industrie, du BTP et du commerce (IBC)	Formateur PRAP certifié (CARSAT, CRAMIF et INRS)	Intra-entreprise	6 000 € HT par groupe, soit 750 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6 ;

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Les obligations générales de l'employeur (art L4121-1 et suivants)

Formation à la sécurité (art R4141-1 du Code du Travail)

La pénibilité au travail (articles L4121-3-1 et D4121-5 du Code du Travail)

- vibrations mécaniques (art R4441-1 et suivants) ;

- manutention des charges (art R4541-1 et suivants) ;

- l'utilisation d'écran de visualisation (art R4542-1 et suivants).

Evaluation des risques de manutention manuelle et organisation des postes (Article R4541-5)



Maintenir et actualiser les compétences d'acteur PRAP (Recyclage)

Objectif :

Maintenir et actualiser ses compétences d'acteur Prap IBC

Programme :

- ⇒ Actualisation des connaissances en termes de prévention des risques liés à l'activité physique (aspects réglementaires et techniques)
- ⇒ Adaptation suite à l'évolution des situations de travail (organisation, environnement, flux...)

Pré-requis :

Être en possession d'un certificat d'acteur PRAP - IBC

Modalités pédagogiques :

- ⇒ Apports d'informations d'actualisation
- ⇒ Echanges de pratiques
- ⇒ Mises en situation au plus proche de l'activité réelle du salarié

Validation :

Après validation des compétences, remise du certificat "acteur Prap IBC" par l'Assurance Maladie - Risques Professionnels / INRS.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée (Tous les 24 mois)	De 6 à 8	Tous salariés, opérateurs et agents des secteurs de l'industrie, du commerce et du BTP, ayant suivi une formation PRAP Industrie, BTP, commerce (IBC).	Formateur PRAP certifié (CARSAT, CRAMIF et INRS)	Intra-entreprise	1 500 € HT par groupe, soit 187 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6 ;

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Les obligations générales de l'employeur (art L4121-1 et suivants)

Formation à la sécurité (art R4141-1 du Code du Travail)

La pénibilité au travail (articles L4121-3-1 et D4121-5 du Code du Travail)

- vibrations mécaniques (art R4441-1 et suivants) ;

- manutention des charges (art R4541-1 et suivants) ;

- l'utilisation d'écran de visualisation (art R4542-1 et suivants)

Evaluation des risques de manutention manuelle et organisation des postes (Article R4541-5)



Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) Sensibilisation

Objectif:

Comprendre la problématique des TMS, la démarche globale de prévention, comprendre quel est son rôle dans cette démarche de prévention, utiliser un langage unique au sein de l'entreprise.

Programme :

- ⇒ Définition des TMS
- ⇒ Quelques données statistiques
- ⇒ Présentation des différents facteurs de risques
- ⇒ **Les étapes pour une démarche globale de prévention des TMS au sein de l'entreprise**
 - ◆ La phase de dépistage
 - ◆ La phase d'intervention
- ⇒ **Etude de cas spécifiques à l'entreprise, ateliers en demi-groupes :**
 - ◆ Recherche des facteurs de risques pour une problématique précise
 - ◆ Réflexion autour des actions à mettre en œuvre pour prévenir les TMS

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	8 maximum	Managers de proximité, membres du CHSCT, salariés	Un ergonome	Intra-entreprise	800 € HT par groupe, soit 100 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

DIRECTIVE DU CONSEIL du 29 mai 1990 concernant les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives à la manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs (quatrième directive particulière au sens de l'article 16 paragraphe 1 de la directive 89/391/CEE) (90/269/CEE)

Article R4541-1 Les dispositions du présent chapitre s'appliquent à toutes les manutentions dites manuelles comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables.

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque.

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.



Mettre en œuvre une démarche de prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Objectif :

Connaître les facteurs de risque des TMS, s'approprier la démarche globale de prévention des TMS.

Programme :

Théorie (½ journée) :

- ⇒ Définition des TMS
- ⇒ Quelques données statistiques
- ⇒ Présentation des différents facteurs de risque des TMS
- ⇒ Les étapes pour une démarche globale de prévention des TMS au sein de l'entreprise
 - ◆ La phase de dépistage (mise à disposition d'outils d'aide au diagnostic)
 - ◆ La phase d'intervention

Pratique (½ journée) :

- ⇒ Utilisation des outils de dépistage sur le terrain en demi-groupe (enregistrement vidéo des situations tests)
- ⇒ Débriefing
- ⇒ Actions à mettre en œuvre pour prévenir les TMS au sein de l'entreprise

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	8 maximum	Managers, représentants du pôle sécurité et conditions de travail, membres du CHSCT	Un ergonome	Intra-entreprise	1 400 € HT par groupe, soit 175 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

DIRECTIVE DU CONSEIL du 29 mai 1990 concernant les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives à la manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs (quatrième directive particulière au sens de l'article 16 paragraphe 1 de la directive 89/391/CEE) (90/269/CEE)

Article R4541-1 Les dispositions du présent chapitre s'appliquent à toutes les manutentions dites manuelles comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables.

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque.

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Article L4141-1 L'employeur organise et dispense une information des travailleurs sur les risques pour la santé et la sécurité et les mesures prises pour y remédier.



Analyse des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Objectif:

Connaître les facteurs de risque des TMS, comprendre les enjeux sociaux et économiques pour son entreprise, être capable de mettre en place la démarche globale de prévention des TMS.

Programme :

1^{er} jour :

Théorie (1/2 journée)

- ⇒ Définition des TMS
- ⇒ Quelques données statistiques
- ⇒ Présentation des différents facteurs de risque des TMS
- ⇒ Les étapes pour une démarche globale de prévention des TMS au sein de l'entreprise
 - ◆ La phase de dépistage (mise à disposition d'outils d'aide au diagnostic)
 - ◆ La méthodologie d'analyse des TMS : observations terrains / entretiens

Pratique (1/2 journée)

- ⇒ Choix d'un poste de travail à analyser: observations des situations de travail à ce poste
- ⇒ Prise de séquences vidéos des situations tests
- ⇒ Retour en salle et débriefing
- ⇒ Identification des facteurs de risque pour chaque poste
- ⇒ Réflexion sur les éléments nécessitant de retourner sur le terrain pour vérification

2^{ème} jour :

1/2 journée

- ⇒ Retour sur le terrain : observations et vérifications complétant les résultats obtenus la veille
- ⇒ Atelier en salle en demi-groupes : réflexion sur les axes d'amélioration pour chaque facteur de risque

1/2 journée

- ⇒ Présentation de la méthode de recherche des axes d'amélioration permettant de réduire le risque de TMS ou de prévenir leur apparition.
- ⇒ Atelier en demi-groupes : approfondir les idées d'améliorations suite à la présentation de la méthode.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	8 maximum	Managers, représentant du pôle sécurité et conditions de travail, membres du CHSCT	Un ergonomiste	Intra-entreprise	2 400 € HT par groupe, soit 300 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

DIRECTIVE DU CONSEIL du 29-05-1990 concernant les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives à la manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs (4^{ème} directive particulière au sens de l'article 16 paragraphe 1 de la directive 89/391/CEE) (90/269/CEE)

Article R4541-1 Les dispositions du présent chapitre s'appliquent à toutes les manutentions dites manuelles comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables.

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles : **1°** D'une information sur les risques qu'ils encourrent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque. **2°** D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Article L4141-1 L'employeur organise et dispense une information des travailleurs sur les risques pour la santé et la sécurité et les mesures prises pour y remédier.



Technique d'analyse d'un poste de travail

Objectif :

Fournir des méthodes et des outils d'analyse d'un poste de travail pour développer et valoriser les actions dans le cadre de la pluridisciplinarité.

Programme :

Théorie (3 demi-journées) :

- ⇒ Introduction à l'ergonomie : définition et objectifs
- ⇒ Techniques d'évaluation d'un poste de travail :
 - ◆ Les différentes phases de travail
 - ◆ Méthodes d'analyse
 - Identification des tâches et des contraintes associées
 - Facteurs biomécaniques (gestes et postures, manutentions)
 - Facteurs organisationnels (espaces de travail, temps de travail, rythmes de travail)
 - Facteurs environnementaux (ambiances lumineuses, sonores, thermiques, chimiques)
 - Facteurs psychosociaux
- ⇒ Mise en application et études de cas
- ⇒ Interprétation au regard de la législation et de la normalisation

Pratique (1/2 journée) :

- ⇒ Mise en situation des stagiaires à leur poste de travail et validation des acquis par l'ergonome

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	6 maximum	Responsable sécurité, animateur sécurité, responsable d'équipe	Un ergonome	Intra-entreprise	2 400 € HT par groupe, soit 400 € HT par stagiaire pour un groupe de 6 personnes



Réaliser un diagnostic pénibilité

Objectif :

Apprendre à réaliser de manière autonome un diagnostic de pénibilité au sein de son entreprise.

Programme :

1^{er} jour :

1/2 journée

- ⇒ Présentation des 9 fiches-méthodes d'évaluation des facteurs de pénibilité regroupant :
 - ◆ Le cadre réglementaire
 - ◆ Les observables et les techniques d'observation
 - ◆ Les axes d'amélioration généraux en rapport avec les critères de pénibilité
- ⇒ Comment utiliser ces fiches-méthodes ?
 - ◆ Comment s'organiser ?
 - ◆ Comment traiter les informations ?

1/2 journée

- ⇒ Comment interpréter les résultats obtenus ?
 - ◆ Comment les mettre en forme ?
 - ◆ Mise en rapport avec les seuils de pénibilité
- ⇒ Présentation du tableau final d'exposition par métier
- ⇒ Comment renseigner ce tableau ?

2^{ème} jour :

1/2 journée

- ⇒ La conduite d'entretiens individuels
 - ◆ Pourquoi réaliser des entretiens ?
 - ◆ Présentation du guide d'entretien
 - ◆ Comment choisir le ou les interviewers ?
 - ◆ Comment conduire l'entretien ?
- ⇒ Le traitement des données
 - ◆ Comment les mettre en relation avec les résultats d'évaluation des facteurs de pénibilité ?
 - ◆ Comment traiter les informations ?

1/2 journée

- ⇒ Mise en place du plan d'action : pour réduire de la pénibilité
 - ◆ Créer un groupe de travail
 - ◆ Présentation des champs d'action sur lesquels agir
- ⇒ Ateliers en petits groupes
 - ◆ Analyse d'un poste de travail
 - ◆ Réflexion sur les améliorations à apporter

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	6 maximum	Managers, représentant du pôle sécurité et conditions de travail, membres du CHSCT	Un ergonome	Intra-entreprise	2 900 € HT par groupe, soit 400 € HT par stagiaire pour un groupe de 6 personnes (Fiches méthodes intégrées)



Sensibilisation à la pénibilité Quoi ? Pourquoi ? Comment ?

Objectif :

- ⇒ Connaître la réglementation en vigueur
- ⇒ Comprendre les implications juridiques
- ⇒ Être capable de déterminer des seuils de pénibilité
- ⇒ Présenter la fiche d'évaluation individuelle

Programme :

- ⇒ Présentation du cadre réglementaire
- ⇒ Présentation des 10 critères de pénibilité
- ⇒ Présenter comment déterminer des seuils de pénibilité
- ⇒ Les étapes de la démarche



Sensibilisation efficace des collaborateurs grâce à une **vidéo** proche de la réalité. L'intérêt est de faire bénéficier aux stagiaires d'un support ludique et pédagogique servant de base à l'apprentissage.

Et en option !

En complément de la formation, nous vous proposons un **Manuel de fiches pratiques** pour la mise en œuvre de votre plan d'action de prévention pénibilité de façon **autonome**.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	6 maximum	Managers, représentant du pôle sécurité et conditions de travail, membres du CHSCT	Un ergonome	Intra-entreprise	1 000 € HT par groupe / Option Manuel = 3 000 € HT



Comment optimiser son plan d'action en Santé Sécurité au Travail ?

Objectif :

- ⇒ Faire le point sur le plan d'action : les actions effectuées, les actions prévues, les acteurs chargés de ces actions.
- ⇒ Apporter des conseils personnalisés aux stagiaires par rapport aux besoins de l'entreprise mais aussi par rapport à leur rôle, compétences et responsabilités.

Programme :

Préparation de la formation :

- ⇒ 3 semaines avant
 - ◆ Un questionnaire sera envoyé à chaque stagiaire
- ⇒ 2 semaines avant
 - ◆ Chaque stagiaire devra retourner le questionnaire complété

1^{ère} journée :

- ⇒ Tour de table : présentation des acteurs et de leur rôle dans la démarche de prévention des risques professionnels
- ⇒ Présentation de l'entreprise et échanges sur le contexte, l'approche prévention de l'entreprise, les moyens et ressources fournis
- ⇒ Analyse avec le groupe des données internes à l'entreprise collectées par Preventech
- ⇒ Analyse du plan d'action et du questionnaire renseigné par l'entreprise
- ⇒ Visite du site avec le groupe
- ⇒ Entretiens informels / Retour d'expérience / Réflexion sur l'efficacité des actions

2^{ème} journée :

- ⇒ Tour de table : point sur le premier jour
- ⇒ Présentation des constats de Preventech vis-à-vis de l'approche actuelle de prévention
- ⇒ Présentation du plan d'actions modifié : intérêts et objectifs des modifications apportées
- ⇒ Comment mettre en place ces actions pour qu'elles soient efficaces et que les résultats escomptés soient présents ?

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées 1 journée ½ de préparation et d'analyse	5 maximum	RH, responsable ou coordinateur sécurité, membres du CHSCT	Un ergonome	Intra-entreprise	4 400 € HT par groupe, soit 880 € HT par stagiaire pour un groupe de 5 personnes (Fiches méthodes intégrées)



Sensibilisation au maintien dans l'emploi

Objectif :

- ⇒ Mieux connaître le handicap
- ⇒ Evoluer vers une politique favorable au maintien dans l'emploi
- ⇒ Comprendre les implications juridiques et réglementaires en vigueur

Programme :

- ⇒ Présentation du cadre réglementaire
- ⇒ Lutter contre les idées reçues
- ⇒ Le rôle de chacun face au maintien dans l'emploi
- ⇒ Analyse d'un cas pratique
- ⇒ Les pistes de prévention possibles pour l'entreprise



Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	6 maximum	Managers, représentant du pôle sécurité et conditions de travail, membres du CHSCT	Un ergonome	Intra-entreprise	1 000 € HT par groupe, soit 167 € HT par stagiaire pour un groupe de 6 personnes

ERGONOMIE



Sensibilisation au handicap

Objectif :

- ⇒ Mieux connaître le handicap
- ⇒ Evoluer vers une politique favorable au maintien dans l'emploi
- ⇒ Comprendre les implications juridiques et réglementaires en vigueur

Programme :

- ⇒ Définition du handicap
- ⇒ Les *a priori* sur le handicap
- ⇒ Le handicap en France et les enjeux pour l'entreprise :
 - ◆ Approche réglementaire
 - ◆ Enjeux économiques
- ⇒ Le handicap au travail :
 - ◆ La place de l'ergonomie
 - ◆ Les aménagements au poste de travail
 - ◆ Le maintien dans l'emploi



Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	8 maximum	Managers, représentant du pôle sécurité et conditions de travail, membres du CHSCT	Un ergonome	Intra-entreprise	800 € HT par groupe, soit 100 € HT par stagiaire pour un groupe de 6 personnes



Mise en place de séances d'échauffements avant la prise de poste

Objectif :

- ⇒ Sensibiliser et former des « coaches échauffements », chargés d'animer les séances d'échauffements quotidiennement.
- ⇒ Fournir aux « coaches échauffements » une réelle méthodologie de prévention des conditions de travail.
- ⇒ Rendre capables les « coaches échauffements » d'animer les séances d'échauffements, mais également de conseiller au quotidien les salariés sur les bonnes pratiques physiques de travail.

Programme :

⇒ Phase préparatoire :

- ◆ Réalisation de vidéos des postes de travail concernés
- ◆ Création d'une séance d'échauffements adaptés au service concerné (les exercices sont différents selon les gestes que chaque collaborateur a à effectuer à son poste)
- ◆ Création du contenu de formation sur-mesure

⇒ Phase d'animation de la formation :

Le programme se découpe en 4 modules non consécutifs d'une durée de 5h chacun.

- ◆ **Module 1 : Introduction** / S'imprégner de la problématique et des risques physiques associés. Comprendre l'intérêt et la place de l'échauffement au travail dans la prévention.
- ◆ **Module 2 : Les gestes de bases** / Comprendre les gestes de bases. S'approprier les bonnes pratiques.
- ◆ **Module 3 : L'analyse des situations de travail** / Etre capable de repérer les dangers et les contraintes sur le lieu de travail. Savoir analyser une situation de travail mais également rechercher des axes d'amélioration.
- ◆ **Module 4 : Animation pédagogique des échauffements** / S'approprier la séance d'échauffements et apprendre à l'animer de façon dynamique et motivante.

⇒ Phase de suivi :

- ◆ Suivi quelques semaines après **avec le groupe de coaches référents**
- ◆ **Suivi avec la direction** : suivi des accidents su travail, de l'absentéisme, de l'efficacité des échauffements.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
Phase préparatoire : 3 journées	10 maximum	Toutes personnes étant volontaires pour devenir « coach référent » et prendre la responsabilité d'animer les séances quotidiennement	Un coach sportif	Intra-entreprise	Phase préparatoire : 3 600 € HT
Phase d'animation : 4 journées					Phase d'animation : 4 000 € HT
Phase de suivi : 2 demi-journées					Phase de suivi : 1 600 € HT

Bien être au travail



Le bien-être des salariés se positionne de plus en plus comme une priorité pour les entreprises :



Nous vous accompagnons pour favoriser le bien-être de vos salariés au travail en les sensibilisant à une meilleure hygiène de vie.

Nous leur fournissons des réponses personnalisées, des conseils et recommandations s'appliquant aussi bien à leur vie professionnelle qu'à leur vie privée.



Ces formations sont d'autant plus nécessaires que la nature du métier agit sur le bien-être : horaires décalés, travail de nuit, travail en températures spécifiques...autant de facteurs à prendre en compte pour comprendre les implication du travail sur la santé.



Hygiène de vie au travail

Objectif :

Equilibrer son hygiène de vie au travail pour une meilleure santé et être plus performant.

Programme :

- ⇒ **Alimentation** : savoir faire les bons choix alimentaires en fonction du contexte (caractéristiques de travail, rythmes de travail...) et de la saison pour rester en forme toute la journée.
- ⇒ **Gestes et Postures** : sensibiliser aux bonnes pratiques permettant de prévenir et diminuer les troubles liés aux mauvaises habitudes (douleurs lombaires, douleurs cervicales, tendinites).
- ⇒ **Relaxation** : apprendre des techniques de respiration et de relaxation faciles à reproduire dans un contexte professionnel pour appréhender de façon plus détendue les différents stress de l'entreprise.
- ⇒ **Exercice physique** : comprendre l'importance de pratiquer régulièrement une activité physique, savoir choisir le bon sport à la bonne intensité.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	8 maximum	Toute personne désirant comprendre les interactions et les implications du travail sur la santé	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 450 € HT par groupe, soit 181 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes



Sommeil – Fatigue – Vigilance

Objectif :

Connaître ses rythmes biologiques et les mécanismes du sommeil afin de gérer sa "dette chronique" de sommeil.

Programme :

⇒ **Comprendre les mécanismes du sommeil**

- ◆ Horloge interne et rythmes biologiques
- ◆ La dette de sommeil et ses risques
- ◆ Gestion du sommeil et de la vigilance en situation opérationnelle
- ◆ Nutrition et vigilance
- ◆ Impact d'une hygiène de vie inadaptée à son rythme de travail

⇒ **Mises en pratique : Adapter son hygiène de vie à son rythme de travail**

- ◆ Relaxation assise : se relaxer en quelques minutes au bureau
- ◆ Relaxation allongée : aides à l'endormissement
- ◆ Relation dynamique : stimuler sa vigilance au travail

⇒ **Alternance d'apports théoriques, d'auto-évaluation et d'exercices de mise en pratique**

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	8 maximum	Collaborateurs ayant des horaires atypiques et/ou un travail de nuit (2x8, 3x8), ou ressentant le besoin d'en savoir davantage sur le sujet	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 500 € HT par groupe, soit 187 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes



Préserver son capital santé en milieu professionnel

Objectif :

Intégrer son activité professionnelle dans son équilibre de vie, identifier les comportements à risques et les règles d'hygiène de vie permettant de préserver son capital santé.

Le plus de la formation:

Un programme adapté selon les objectifs et les besoins spécifiques des stagiaires.

Programme :

⇒ **Le milieu professionnel : facteur d'équilibre et de déséquilibre pour la santé**

- ◆ La vie professionnelle et ses conséquences sur l'équilibre de vie
 - La fatigue engendrée par le travail
 - Les rythmes de travail et temps de travail
 - Les effets du stress professionnel sur la santé
 - Douleurs dorsales et troubles visuels
- ◆ Réflexion autour des contraintes liées au poste de travail
 - Tour de table
 - Lien entre théorie et pratique

⇒ **Identifier sa situation personnelle en matière de santé au travail**

- ◆ Observation des postes: identification des contraintes de travail
- ◆ Sensibilité personnelle au stress et à la pression psychologique

⇒ **Améliorer son hygiène de vie par rapport aux problématiques observées**

- ◆ Maîtriser et respecter l'équilibre alimentaire : quelques bases
- ◆ Apprendre à détecter en amont les signes de fatigue
- ◆ Identifier et répondre à ses besoins en sommeil
- ◆ Détecter les mauvaises postures et leurs conséquences
- ◆ Prévenir les troubles visuels en respectant quelques règles simples
- ◆ Exercice physique: comprendre l'importance de choisir le bon sport à la bonne intensité

⇒ **Exercices de relaxation**

- ◆ Travail autour de la respiration
- ◆ Exercices d'étirement

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	8 maximum	Toute personne désirant comprendre les interactions et les implications du travail sur la santé et acquérir des points de repère pour optimiser son capital santé	Un consultant en santé au travail / psychologue	Intra-entreprise	2 900 € HT par groupe, soit 362 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes



Travail et bien-être : Prévenir les TMS par l'exercice physique et la relaxation

Objectif :

Le travail sédentaire et le travail manutentionnaire entraînent autant l'un que l'autre des risques physiologiques (lombalgies, tendinites, entorses, fatigue).

La séance d'exercices s'adresse à tous ceux qui souhaitent se renforcer en douceur et en profondeur afin de prévenir ces douleurs. Les exercices proposés sont simples, ludiques, rapides, efficaces, et contribuent à consolider la colonne vertébrale, et protéger les articulations.

Descriptif :

Organisés sous forme de courtes séances, les exercices proposés sont adaptés aux besoins spécifiques des stagiaires. Les participants pourront découvrir des mouvements facilement reproductibles seuls ou en groupes, chez soi comme au travail.

Les formateurs mettront à disposition* de chaque stagiaire un accessoire complet, le Mini-Waff® (coussin ergonomique), utilisé et approuvé par la fédération française des kinésithérapeutes.

*Les Mini-Waff® fournis sont des prêts. Si vous le souhaitez, vous pourrez en commander auprès des formateurs.

Prix (unité) d'un Mini-Waff® : 35,00 € HT.

Programme :

Séance d'1 heure = 1 groupe

- ◆ 10 min : tour de table. Quelles sont les contraintes de travail, quelles sont les douleurs ressenties par les collaborateurs, quels les besoins spécifiques des stagiaires, quelle est leur condition physique ?
- ◆ 10 min : **Explicatif de l'intérêt des exercices qui vont être effectués.**
- ◆ 40 min : Pratique des exercices
 - Gainage et renforcement
 - Exercices de relaxation

Option : Pack de 6 séances pour **le même groupe** à utiliser dans un délai d'un an. Dans ce cas, les 10 Mini-Waff® sont offerts aux stagiaires.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée (soit 2 séances d'1 heure)	10 maximum par groupe	Tout collaborateur. En revanche, les groupes doivent être homogènes, secteur d'activité par secteur d'activité.	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	400 € HT par groupe, soit 40€ HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Risques PsychoSociaux



Stress, vécu du travail, incivilités, relations professionnelles, ambiances de travail : des termes de plus en plus utilisés dans le monde du travail, de plus en plus banalisés.

La problématique des RPS touche la quasi-totalité des entreprises françaises. C'est pourquoi il est important et nécessaire de sensibiliser les acteurs de l'entreprise. Cela permet :



Aux salariés de mieux appréhender et **gérer les situations** de stress et les incivilités externes en mettant à leur disposition des méthodes et des outils.



Aux responsables, managers, DRH et Elus de comprendre quel est **leur rôle par rapport à la santé mentale de leurs salariés**, et comment agir pour prévenir les souffrances au travail.



Mieux gérer le stress pour gagner en efficacité

Objectif :

A l'issue de la formation, le stagiaire aura une compréhension des mécanismes du stress, il saura en reconnaître les symptômes. Des méthodes lui seront proposées pour faire face aux pressions professionnelles tout en améliorant sa maîtrise émotionnelle.

Programme :

⇒ Aspects théoriques :

- ◆ Qu'est-ce que le stress ?
 - Définition et compréhension des mécanismes en jeu
- ◆ Connaître et reconnaître les symptômes du stress
 - Les manifestations physiques, les effets psychologiques, mentaux, comportementaux...
- ◆ Les conséquences du stress sur l'individu
 - Impacts sur la santé, sur la vie professionnelle, sur la vie privée
- ◆ Les facteurs de stress
 - Stresseurs professionnels et événements de vie
- ◆ La gestion du stress : **les stratégies d'adaptation**
- ◆ Efficacité de ces stratégies : quand les utiliser ?
- ◆ Autres approches pour gérer le stress : la relaxation corporelle, la respiration

⇒ Aspects pratiques :

- ◆ Analyse collective de situations vécues personnellement (cause, réaction, stratégie développée, efficacité)
- ◆ Quizz
- ◆ Étude de cas
- ◆ Exercices de relaxation et de respiration

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Tout public	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Mieux gérer le stress pour avoir une équipe efficace (Managers)

Objectif :

L'objectif de cette deuxième journée, destinée aux managers, est de leur apporter des connaissances supplémentaires pour réduire l'exposition au stress de leurs collaborateurs, sous trois aspects :

- ⇒ Gérer son propre stress pour ne pas « contaminer » ses collaborateurs
- ⇒ Agir au mieux sur les stresseurs professionnels
- ⇒ Adopter un style de management adapté aux situations et non générateur de stress

Les plus de la formation :

Cette formation est dynamique et interactive. Les participants sont sollicités à de nombreuses reprises à travers des évaluations personnelles (niveau de stress, style de management dominant,...) et des réflexions collectives sur les pratiques professionnelles de chacun.

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ Rappel des mécanismes du stress
- ◆ Evaluation du niveau de stress des participants
- ◆ **Les conséquences du stress sur l'entreprise**
- ◆ Le rôle du manager sur le stress des collaborateurs
- ◆ Agir sur les stresseurs professionnels
- ◆ Adopter un mode de management efficace
- ◆ Rappel de la législation

⇒ **Pratique :**

- ◆ Réflexion collective des participants sur les moyens de réduire les stresseurs professionnels
- ◆ **Etudes de cas permettant d'identifier son mode de management et son niveau d'adaptabilité**
- ◆ Analyse des pratiques professionnelles

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Managers ayant suivi le premier module de formation : mieux gérer son stress pour gagner en efficacité	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Rappel de la législation Article L4121-1

L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.



Incivilités externes Gérer le stress relationnel (Clients)

Objectif :

La formation vise à aider les salariés à mieux gérer le stress relationnel et notamment la relation client : clarifier leur rôle, développer leur capacité relationnelle, s'approprier les conduites à tenir dans différents stades de la relation et par rapport à des profils types de personnalité, savoir prendre du recul dans une situation difficile et préserver sa confiance en soi, préserver la relation client en vue de le fidéliser tout en faisant respecter un cadre, savoir mettre des limites.

Descriptif :

Le programme de formation que nous proposons vise à développer les capacités d'analyse, d'intervention et de mise en œuvre de mesures préventives propres à éliminer ou à réduire les risques de violence en milieu de travail.

Ce programme est construit autour de trois axes inter-reliés : Comprendre – Repérer – Agir. Les participants apprendront à distinguer les différentes formes de difficultés relationnelles, à situer les différentes étapes du processus, à reconnaître les situations à risque, à mettre en place des moyens de prévention ainsi qu'à élaborer des plans d'intervention et d'action adaptés à leur environnement.

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ Analyser la relation client
- ◆ Prendre du recul par rapport à ses propres réactions dans la relation client
- ◆ Faire face à un client difficile
- ◆ Réguler la relation avec un client agressif
- ◆ Profil type des personnalités difficiles
- ◆ Développer sa souplesse relationnelle
- ◆ Gérer sa charge mentale par la déconnexion

⇒ **Pratique :**

- ◆ Analyse collective de situations vécues personnellement et professionnellement (cause, réaction, stratégie développée, efficacité)
- ◆ Etudes reposant sur des cas concrets
- ◆ Exercices de relaxation et respiration

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Tout public	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Incivilités internes Gérer le stress relationnel (Collègues et Managers)

Objectif :

La formation vise à aider les salariés à mieux gérer le stress relationnel sur leur lieu de travail : savoir identifier les situations conflictuelles, **développer ses capacités relationnelles, s'approprier les conduites à tenir dans différents stades de la relation** et par rapport à des profils types de personnalité, savoir prendre du recul dans une situation difficile et préserver sa confiance en soi, préserver la relation avec ses collègues et son manager en développant son affirmation de soi, tout en se faisant respecter, et en sachant mettre des limites.

Descriptif :

Le programme de formation que nous proposons vise à développer son affirmation de soi afin de mieux réguler le stress relationnel sur le lieu de travail, et à mettre en place des actions préventives propres à éliminer ou à réduire les risques de violence en milieu de travail. Ce programme est construit autour de trois axes inter-reliés : Comprendre – Repérer – Agir. Les participants apprendront à distinguer les différentes formes de difficultés relationnelles, à situer les différentes étapes du processus, à reconnaître les situations à risque, à mettre en place des outils de communication et de régulation du stress relationnel.

Programme :

⇒ **Théorique :**

- ◆ Définition du stress et informations pour comprendre le mécanisme du stress relationnel
- ◆ Prendre du recul par rapport à ses propres réactions dans la relation
- ◆ Réguler la relation avec un collègue, un collaborateur, un manager agressif
- ◆ Profil type des personnalités difficiles
- ◆ **Développer sa souplesse relationnelle par l'affirmation de soi**
- ◆ Gérer sa charge mentale par la déconnexion

⇒ **Pratique :**

- ◆ Analyse collective de situations vécues personnellement et professionnellement (cause, réaction, stratégie développée, efficacité), mises en situation
- ◆ Echanges sur des cas concrets
- ◆ Exercices de relaxation et respiration

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Tout public	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Enjeux et définitions des risques psychosociaux pour les Managers

Objectif :

Les managers sont au cœur de la question des risques psychosociaux (RPS) dans la mesure où ils sont la principale instance de repérage et de régulation du stress des collaborateurs. Il s'agit pour eux de mieux cerner l'enjeu des RPS et notamment du stress professionnel, de pouvoir jouer leur rôle de régulateur de stress vis-à-vis des salariés en difficultés par une démarche méthodologique construite et adaptée au milieu professionnel, de réguler le stress et de trouver les réponses adaptées permettant de mieux équilibrer sa vie personnelle et professionnelle tout en restant efficace dans son travail.

Les plus de la formation :

⇒ **A l'issue de la formation, les participants pourront répondre aux questions suivantes :**

- ◆ Qu'est-ce que les risques psychosociaux, le stress, le stress chronique, le burn-out ?
- ◆ Comment repérer un cas de harcèlement et/ou d'incivilités ?
- ◆ Quels sont les signes du stress chronique lié au harcèlement ou aux incivilités ? Quels en sont les risques ?
- ◆ Quels sont les différents niveaux de prévention et quelle démarche adopter ?

⇒ **La formation comprend une triple dimension :**

- ◆ Une accroche pour rendre les stagiaires acteur en leur proposant de répondre à un quizz sur les idées reçues sur les RPS/Stress
- ◆ Un apport théorique et pragmatique sur la compréhension du mécanisme du stress et comment le réguler : informer est le premier acte de prévention primaire
- ◆ Une sensibilisation aux leviers d'action sur les RPS par un apport méthodologique

Modalités pédagogiques :

Le séminaire alternera des apports théoriques, méthodologiques, et des études de cas dans un contexte d'animation avec beaucoup d'interactions entre le formateur et les participants.

Programme :

⇒ Tour de table et introduction :

- ◆ Enjeux des risques psychosociaux et contexte réglementaire / Quizz sur les RPS
- ◆ Méta-plan (travail en sous-groupes) sur les facteurs de stress liés au harcèlement et aux incivilités
- ◆ Restitution et analyse du méta-plan
- ◆ Définition des risques psychosociaux et des facteurs de risques : stress, harcèlement et incivilités
- ◆ Identifier les indicateurs de risques psychosociaux
- ◆ Focus sur une compréhension du mécanisme du stress et du harcèlement
- ◆ Les différents niveaux de prévention
- ◆ La démarche globale de prévention des RPS (les moyens d'action)

⇒ Conclusion et tour de table

Option - Formation sur mesure :

⇒ Réunion avec le DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles

⇒ L'objectif étant de vouloir coller aux réalités de la société et aux populations cibles

⇒ Prix : 1 750 € HT par groupe, soit 146 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Managers, managers de proximité, directeurs, chefs de services	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Enjeux et définition des risques psychosociaux pour les DRH et les Élus

Objectif :

Les DRH et les Élus sont la 1^{ère} ressource de régulation du stress des collaborateurs. Il s'agit pour eux de mieux cerner l'enjeu des risques psychosociaux et notamment du stress professionnel, de pouvoir jouer leur rôle de régulateur de stress vis-à-vis des salariés en difficulté par une démarche méthodologique construite et adaptée au milieu professionnel, de réguler le stress et trouver les réponses adaptées permettant de mieux équilibrer sa vie personnelle et professionnelle tout en restant efficace dans son travail.

Les plus de la formation :

⇒ **A l'issue de la formation, les participants pourront répondre aux questions suivantes :**

- ◆ Qu'est-ce que les risques psychosociaux, le stress, le stress chronique, le burn-out ?
- ◆ Comment repérer un cas de harcèlement et/ou d'incivilités ?
- ◆ Quels sont les signes du stress chronique liés au harcèlement ou aux incivilités ? Quels en sont les risques ?
- ◆ Quels sont les différents niveaux de prévention et quelle démarche adopter ?

⇒ **La formation comprend une triple dimension :**

- ◆ Une accroche pour les rendre acteur en leur proposant de répondre à un quizz sur les idées reçues sur les RPS/Stress.
- ◆ Un apport théorique et pragmatique sur la compréhension du mécanisme du stress et comment le réguler : informer est le premier acte de prévention primaire.
- ◆ Une sensibilisation aux leviers d'action sur les RPS par un apport méthodologique.

Modalités pédagogiques :

Le séminaire de formation alternera des apports théoriques, méthodologiques et des études de cas dans un contexte d'animation avec beaucoup d'interactions entre le formateur et les participants.

Programme de la formation :

⇒ Tour de table et introduction :

- ◆ Enjeux des risques psychosociaux et contexte réglementaire / Quizz sur les RPS
- ◆ Méta-plan (travail en sous-groupes) sur les facteurs de stress liés au harcèlement et aux incivilités
- ◆ Restitution et analyse du méta-plan
- ◆ Définition des risques psychosociaux et des facteurs de risques : stress, harcèlement et incivilités
- ◆ Identifier les indicateurs de risques psychosociaux
- ◆ Focus sur une compréhension du mécanisme du stress et du harcèlement
- ◆ Les différents niveaux de prévention
- ◆ La démarche globale de prévention des RPS (ses moyens d'action)

⇒ Conclusion et tour de table

Option - Formation sur mesure :

⇒ Réunion avec le DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles.

⇒ L'objectif étant de vouloir coller aux réalités de la société et aux populations-cibles.

⇒ Prix : 1 750 € HT par groupe, soit 146 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Service des ressources humaines et les élus	Un psycho-sociologue	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Prévenir les risques psychosociaux (Réunion d'information)

Objectif :

Informer les collaborateurs de l'entreprise sur la nature de ces risques, leurs impacts et les moyens de les prévenir, comprendre la notion de stress et les effets sur sa propre santé physique et psychique, évaluer les risques dans l'entreprise et réfléchir sur la mise en place d'actions de prévention.

Descriptif :

Les risques psychosociaux sont des risques que l'on retrouve dans la sphère professionnelle. Ils découlent de l'interaction entre les individus et entre l'individu et son travail. Les thématiques les plus fréquentes dans l'étude des risques psychosociaux sont : le stress professionnel, les violences internes et externes, le harcèlement moral et sexuel, les addictions au travail, la souffrance et l'usure mentale au travail... Cette formation vise à informer les participants des problématiques soulevées par ces risques, dont la prise en compte dans l'entreprise est obligatoire.

Programme :

- ⇒ Qu'est-ce que les risques psychosociaux ?
- ⇒ Les conséquences pour le salarié
- ⇒ Les conséquences pour l'entreprise
- ⇒ Quels sont les facteurs de risques psychosociaux ?
- ⇒ Définition du stress et des RPS
- ⇒ Le harcèlement moral et sexuel : ce qu'il est et ce qu'il n'est pas
- ⇒ Comment prévenir les risques psychosociaux ?

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	30 maximum	Personnes concernées par l'évaluation et la prévention des risques professionnels	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 40 € HT par stagiaire pour un groupe de 30 personnes



Evaluation des risques psychosociaux dans le cadre de l'élaboration d'un Document Unique d'évaluation de risques professionnels

Objectif :

Dans cette formation nous allons répondre aux questions suivantes :

- ⇒ **Qu'est-ce que les RPS ?**
 - Partage d'un langage commun autour d'une même problématique
- ⇒ Comment traiter les RPS en entreprise ?
 - Les différentes méthodologies et outils possibles pour analyser les RPS
 - Faire le choix de la plus approprié en entreprise
- ⇒ Quels sont les premiers signaux ?
 - Comment anticiper les RPS en entreprise avant qu'ils n'apparaissent
- ⇒ Quelles sont les solutions pour les contrer ?
 - Savoir sur quoi agir et comment agir

Modalités pédagogiques :

Le séminaire de formation alternera des apports théoriques, méthodologiques et des études de cas dans un contexte d'animation avec beaucoup d'interactions entre le formateur et les participants (grilles de lecture avec des exemples, cas précis tirés de situations réelles etc.)

Programme :

- ⇒ **Les RPS et le Document Unique :**
 - Pourquoi identifier les RPS en entreprise ?
 - Quelques chiffres
 - Définition
- ⇒ **Etape de la démarche d'évaluation et de prévention des risques professionnels**
 - Préparer la démarche de prévention
 - Évaluer les risques
 - Élaborer un plan d'actions
 - Mettre en œuvre les actions
 - Évaluer la démarche de prévention
- ⇒ **Annexes**
 - Questionnaires
 - Guide d'entretien

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	De 5 à 6	Service des ressources humaines, élus, service sécurité,...	Un psychosociologue	Intra-entreprise	1 450 € HT par groupe, soit 121 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Mieux communiquer en situation d'interculturalité

Objectif :

Former les professionnels en lien avec des publics d'origines culturelles diverses à l'approche interculturelle afin de favoriser une meilleure communication et d'éviter les tensions relationnelles.

Cette formation est adaptée à des professionnels exerçant dans le domaine social, socio-éducatif ou sanitaire ; tout comme dans le cadre d'entreprises expatriées.

Descriptif :

La formation vise à permettre de mieux identifier les enjeux d'une relation interculturelle et à repérer l'impact de ses propres modèles dans la relation à l'autre. Elle permet de mieux comprendre l'autre dans ses propres logiques d'intelligibilité, de se sensibiliser à des conceptions autres en lien avec l'éducation, la santé, l'expression des sentiments, les pratiques sociales, de différencier les différentes logiques à l'œuvre dans une situation (sociales, culturelles, politiques, économiques, psychologiques, juridiques, migratoires...).

Modalités pédagogiques :

La formation se construit à partir des attentes des stagiaires et au plus proche de leur pratique professionnelle sur la base de situations vécues. Divers supports pédagogiques sont utilisés. Un temps important est accordé à l'analyse de la pratique (analyse en plénière ou théâtre-forum). Les apports théoriques se font dans la continuité des questionnements qui émergent au cours de la formation.

Programme de la formation :

- ⇒ Approche critique des idéologies de la différence :
 - ♦ Ethnocentrisme, évolutionnisme culturel, racisme, racisme ordinaire, culturalisme, etc...
 - ♦ Les relations spontanées (projection, ethnocentrisme, peur, rejet, séduction, etc...) ou construites (relativisation, conformation, empathie, etc...) face à l'altérité
- ⇒ Approches interactionnistes des notions de culture et d'identité
- ⇒ Les attitudes caractéristiques des contacts culturels : préjugés et stéréotypes, stigmates et emblèmes, stratégies d'intégration, comportements liés à l'acculturation et à la contre-acculturation, phénomènes de saillance, d'ethnicisation et de racialisation des rapports sociaux, stratégies identitaires, homogénéisation de l'exo-groupe, processus de catégorisation, etc...
- ⇒ Décryptage et analyse des conflits et des malentendus d'ordre culturel

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	12 maximum	Tout public	Un psychosociologue	Intra-entreprise	3 300 € HT par groupe, soit 275 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Le bien-être au travail

Objectif :

Sensibiliser les professionnels à la prise de conscience de ce que sont les risques psychosociaux, au repérage des signaux manifestes et latents, et à la prévention des divers effets possibles (pour l'individu, l'équipe, l'organisation).

Descriptif :

Cette formation offre un cadre de réflexion et d'élaboration sur le sens que chacun donne à son travail. Elle permet de questionner l'évolution de ce sens au regard du contexte institutionnel et de l'équipe de travail, d'analyser son implication et son rapport au travail, de comprendre l'importance de ces questions en termes de bien-être et de stress au travail, et de favoriser le dialogue et l'expression autour de positionnements professionnels différents.

Modalités pédagogiques :

La formation se construit à partir des attentes des stagiaires et au plus proche de leur pratique professionnelle sur la base de situations vécues. Divers supports pédagogiques sont utilisés. Un temps important est accordé à l'analyse de la pratique (analyse en plénière ou théâtre-forum). Les apports théoriques se font dans la continuité des questionnements qui émergent au cours de la formation.

Programme :

Le rapport au travail

- ⇒ La construction de l'identité professionnelle
- ⇒ Les rapports de pouvoir
- ⇒ Travail prescrit, travail réel, travail vécu
- ⇒ Le rapport à l'institution et au collectif de travail
- ⇒ Souffrance et plaisir au travail
- ⇒ Subjectivité et inter-subjectivité au travail
- ⇒ Contrôle-évaluation : le regard de l'autre sur mon travail
- ⇒ Auto-évaluation : mon regard sur mon travail

L'idéal au travail

- ⇒ Les différentes logiques à l'œuvre : la recherche de l'efficacité et de la performance
- ⇒ Les injonctions paradoxales
- ⇒ Les nouvelles demandes et les nouvelles exigences imposées par les clients
- ⇒ La logique managériale /gestionnaire et ses répercussions sur l'organisation du travail
- ⇒ La prééminence des techniques au détriment de la clinique
- ⇒ La psychologisation comme mode d'analyse des dysfonctionnements

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	12 maximum	Tout public	Un psycho-sociologue	Intra-entreprise	3 300 € HT par groupe, soit 275 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Mieux vivre le stress au travail

Objectif :

Former les professionnels à mieux appréhender les situations de stress au travail, à en repérer les symptômes, à en comprendre les mécanismes et les effets psychosociaux, à développer leurs propres ressources afin de se protéger du stress.

Descriptif :

- ⇒ Acquisition de connaissances sur le stress, sur ses mécanismes et sur les risques psychosociaux
- ⇒ Repérage précoce des facteurs de stress en situation de travail
- ⇒ Développement de ses ressources pour mieux appréhender le stress environnant
- ⇒ **Elaboration et mise en œuvre d'actions préventives et de réponses appropriées face à son propre stress**
- ⇒ Analyse des situations de stress au travail : comment les prévenir, savoir les gérer
- ⇒ Dynamique et cohésion d'équipe

Modalités pédagogiques :

La formation se construit à partir des attentes des stagiaires et au plus proche de leur pratique professionnelle sur la base de situations vécues. Divers supports pédagogiques sont utilisés. Un temps important est accordé à l'analyse de la pratique (analyse en plénière ou théâtre-forum). Les apports théoriques se font dans la continuité des questionnements qui émergent au cours de la formation.

Programme :

- ⇒ Définir et caractériser le stress
- ⇒ **Prendre conscience des différentes logiques à l'œuvre dans un environnement de travail pouvant engendrer du stress**
- ⇒ Mieux comprendre les causes et les conséquences des difficultés au travail
- ⇒ **Savoir repérer précocement les facteurs de stress, de souffrance, de violences, de harcèlement...**
- ⇒ Développer ses ressources pour mieux appréhender le climat de travail dans une équipe
- ⇒ **Elaborer et mettre en œuvre les actions préventives et les réponses appropriées face aux risques psychosociaux**
- ⇒ Prévenir et traiter les situations conflictuelles
- ⇒ Connaître et utiliser des techniques de relaxation

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 journées (2 jours + intercession 1 mois + 1 jour)	12 maximum	Tout public	Un psycho- sociologue	Intra-entreprise	4 950 € HT par groupe, soit 412 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Gestion des conflits et de la violence dans la relation Professionnels - Usagers

Objectif :

Former les professionnels en lien avec des publics/usagers à comprendre les mécanismes en jeu dans les situations conflictuelles, à développer une capacité d'analyse et de distanciation dans les moments de conflit, d'opposition ou d'agressivité afin de prévenir les situations de violence et les risques inhérents.

Descriptif :

Cette formation s'adresse aux professionnels qui souhaitent mieux se situer et se positionner face aux situations de conflit et de violence. Elle permet d'identifier les facteurs individuels et collectifs à l'œuvre dans les situations de tension, de conflit, d'agressivité ou de violence, d'ouvrir des pistes de réflexion pour aider à l'élaboration de réponses adaptées, de choisir des attitudes (médiation, négociation, conciliation, arbitrage), de mettre en place une réflexion et des techniques pour traiter les situations conflictuelles. Elle permet en outre de prendre conscience des différents rapports aux conflits en fonction de l'histoire individuelle, familiale, sociale et culturelle de chacun.

Modalités pédagogiques :

La formation se construit à partir des attentes des stagiaires et au plus proche de leur pratique professionnelle sur la base de situations vécues. Divers supports pédagogiques sont utilisés. Un temps important est accordé à l'analyse de la pratique (analyse en plénière ou théâtre-forum). Les apports théoriques se font dans la continuité des questionnements qui émergent au cours de la formation.

Programme :

- ⇒ Les notions de conflit, de désaccord, de tension, de violence et les causes potentielles
- ⇒ L'analyse d'un conflit : avant, pendant, après
- ⇒ Le fonctionnement d'un groupe, le cadre et les espaces de régulation
- ⇒ Les résistances et les mécanismes de défense
- ⇒ Le positionnement du professionnel dans les conflits
- ⇒ Les émotions, les sentiments, les affects autour du conflit
- ⇒ Les postures de médiation, de négociation, de conciliation et d'arbitrage
- ⇒ Les dimensions sociales et culturelles du conflit

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 journées (2 jours + intercession 1 mois + 1 jour)	12 maximum	Tout public	Un psycho- sociologue	Intra-entreprise	4 950 € HT par groupe, soit 412 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Management des risques psychosociaux

Objectif :

Former les managers et les responsables de l'encadrement de proximité à mieux identifier, analyser et prendre en compte les risques psychosociaux dans leur accompagnement des salariés, afin d'en réguler et d'en atténuer les effets sur les équipes par des actions préventives.

Descriptif :

La formation vise la dynamique et la cohésion d'équipe par le repérage précoce et la description des symptômes manifestes ou latents de la souffrance, la définition et la caractérisation des divers types de risques psychosociaux (violences internes et/ou externes, harcèlement, discrimination...), la prise de conscience et l'analyse des logiques à l'œuvre dans un environnement de travail engendrant de la souffrance, de même que la co-construction de modes opératoires à visée préventive. En effet, les relations entre les professionnels, l'organisation du travail, le fonctionnement d'une équipe, la prévention et le traitement des conflits ont un impact sur l'efficacité au travail surtout dans un contexte d'évolution et de changements importants.

Modalités pédagogiques :

La formation se construit à partir des attentes des stagiaires et au plus proche de leur pratique professionnelle sur la base de situations vécues. Divers supports pédagogiques sont utilisés. Un temps important est accordé à l'analyse de la pratique (analyse en plénière ou théâtre-forum). Les apports théoriques se font dans la continuité des questionnements qui émergent au cours de la formation.

Programme :

Identifier les facteurs de souffrance au travail

- ⇒ L'organisation du travail, les pressions, les injonctions paradoxales
- ⇒ La perte de sens du travail demandé
- ⇒ Les résistances au changement
- ⇒ L'investissement, l'implication, l'engagement
- ⇒ L'évolution des valeurs institutionnelles et des structures d'organisation
- ⇒ L'articulation du travail entre les professionnels

Repérer les signaux d'alerte

- ⇒ L'absentéisme, le turn-over
- ⇒ Les conflits, la violence
- ⇒ Les discriminations directes / indirectes
- ⇒ Le déni des différences
- ⇒ Les plaintes et les erreurs
- ⇒ Le harcèlement
- ⇒ Les types de communication et de relations entre les professionnels

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 jours	12 maximum	Managers, managers de proximité, directeurs, chefs de services	Un psycho-sociologue	Intra-entreprise	4 950 € HT par groupe, soit 412 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Sécurité au travail

Avec une hausse de 1.7% des accidents du travail entre 2010 et 2011, les entreprises doivent renforcer leurs actions de sensibilisation, de formation et toute autre action pouvant réduire ces accidents et améliorer les conditions de travail.

Depuis plus de 8 ans, Preventech Consulting développe des programmes de formations au plus proche des attentes de ses clients sur la sécurité au travail, aussi bien pour répondre à vos obligations légales que pour vous accompagner dans votre politique de prévention.

Notre objectif est :



D'anticiper de manière préventive la dégradation des conditions de travail.



D'améliorer la qualité et la productivité au travail.



Perception du risque, comportement et sécurité : comment agir ensemble pour une meilleure prévention ?

Objectif :

- ⇒ Explorer les représentations autour de la notion de sécurité et d'accident du travail : décryptage et décentrage
- ⇒ Développer la prise de conscience autour de la perception des risques et en déterminer les facteurs possibles
- ⇒ Comprendre l'impact de la prise de risque et la réalité de celui-ci (identification, évaluation, prévention) dans l'environnement professionnel (les bons et les mauvais comportements)
- ⇒ Analyser les causes et les conséquences des résistances et des mécanismes de défenses face à la prévention
- ⇒ Approfondir la notion de prévention et les représentations qui l'entourent, **afin de favoriser une prise de recul** et une **analyse des comportements** risqués dans les pratiques professionnelles
- ⇒ Privilégier une approche plus particulièrement centrée **sur l'humain**

Descriptif :

Nous proposons **un accompagnement spécifique à un changement de culture autour du risque :**

- ⇒ L'ensemble des professionnels sont concernés. En outre, l'accent est mis sur l'impact pyramidal d'une modélisation du changement (du haut vers le bas, du management vers le terrain).
- ⇒ Cet accompagnement repose sur les principes de la co-construction et de l'engagement. Quelque soit son statut et son niveau hiérarchique, chaque acteur est impliqué dans l'élaboration et la mise en œuvre d'une culture commune du risque.

Modalités pédagogiques :

- ⇒ Une formation-action permettra d'inscrire sur le terrain et dans la durée les bénéfices de contenus travaillés en présentiel.
- ⇒ En ce sens, le temps des intersessions (1 mois) est considéré comme un temps actif pendant lequel une micro-action devra être mise en place. Il en sera rendu compte dans une séquence de suivi ultérieure.

Programme :

- ⇒ Recueillir les représentations et les attentes autour du thème de la sécurité
- ⇒ Explorer le vécu des règles de sécurité au sein des équipes : acteur ou non acteur de la prévention
- ⇒ Définir les notions de risque, de perception du risque, d'incertitude, de danger
- ⇒ Repérer les différentes attitudes et comportements dans le management du risque et de la sécurité
- ⇒ Analyser les causes et les conséquences des résistances et des mécanismes de défenses face à la prévention
- ⇒ Transmettre et mettre en pratique la méthodologie de l'arbre des causes
- ⇒ Proposer une conduite du changement à partir de micro-actions : devenir acteur de la prévention, s'engager à co-construire la prévention

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée pour le top management ~ 1 journée pour le management de proximité ~ 2h tous les deux mois pour les collaborateurs	10 maximum	Top management ~ Management de proximité ~ Les collaborateurs	Un psychologue du travail	Intra-entreprise	Top management : 4 350€ HT Contenus sur mesure ~ Management de proximité : 4 350€ HT Contenus sur mesure ~ Collaborateurs Contenu : 1450€ HT Compte rendu : 1 450 € HT Animation : 500€ HT (session de 2 heures)



S'approprier la démarche d'évaluation des risques professionnels (EVRP1)

Objectif :

Cette formation permettra aux stagiaires d'acquérir la méthodologie nécessaire pour mettre en œuvre un audit d'évaluation des risques professionnels et rédiger le Document Unique.

Programme :

1^{ère} demi-journée :

- ⇒ Connaître le cadre réglementaire relatif à l'évaluation des risques
- ⇒ Identifier la finalité d'une évaluation santé et sécurité au travail

2^{ème} demi-journée :

- ⇒ Connaître les risques spécifiques liés à votre activité
- ⇒ Préparer une mission d'audit (éléments à récupérer et à analyser avant l'audit)
- ⇒ Développer l'aptitude à déceler les risques professionnels

3^{ème} demi-journée :

- ⇒ Identifier les dangers aux postes de travail et évaluer les risques (gravité, fréquence d'exposition...)

4^{ème} demi-journée :

- ⇒ Construire le Document Unique et élaborer le plan d'action à suivre

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	5 maximum	Toute personne souhaitant mettre en œuvre une démarche santé et sécurité au travail	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	2 900 € HT par groupe, soit 580 € HT par stagiaire pour un groupe de 5 personnes

Rappel de la législation

Loi n° 91-1414 du 31 décembre 1991 favorisant la prévention des risques professionnels. Décret n° 2001-1016 du 5 novembre 2001 de mise en œuvre de l'évaluation des risques. Circulaire DRT n°6 du 18 avril 2002 pour la mise en application du Décret n° 2001-1016. Code du travail : Articles R4121.1 à 4



Comment gérer son plan d'action ? (EVRP2)

Descriptif :

1^{ère} demi-journée avant la formation :

⇒ Le formateur récupère le ou les Document(s) Unique(s) réalisés par les stagiaires afin d'étudier ces éléments. Il analyse les priorités et les familles de risques présentées ainsi que la cohérence globale du Document Unique.

2^{ème} demi-journée :

⇒ Avec les stagiaires, pour les accompagner dans la rédaction de leur Document Unique :

- ◆ Mettre en exergue les points positifs et négatifs
- ◆ Valider les niveaux de priorités
- ◆ Identifier les actions urgentes à mettre en place

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	5 maximum	Toute personne souhaitant mettre en œuvre une démarche santé et sécurité au travail	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 240 € HT par stagiaire pour un groupe de 5 personnes

Rappel de la législation

Loi n° 91-1414 du 31 décembre 1991 favorisant la prévention des risques professionnels / Décret n° 2001-1016 du 5 novembre 2001 de mise en œuvre de l'évaluation des risques. Circulaire DRT n°6 du 18 avril 2002 pour la mise en application du Décret n° 2001-1016 / Code du travail : Articles R4121.1 à 4



Évaluation des Risques Professionnels (EVRP)

Objectif :

Mettre en œuvre une démarche participative d'évaluation des risques professionnels (EVRP) dans le respect des valeurs essentielles et des bonnes pratiques du réseau prévention, facilitant la mise en œuvre de plans d'action de prévention.

Pré-requis :

Les candidats doivent avoir suivi avec succès l'autoformation en ligne « Acquérir des bases en prévention des risques professionnels » de l'INRS ou avoir suivi la formation « Obtenir des compétences de base en prévention » dans les services prévention des caisses de Sécurité sociale.

Programme :

- ⇒ Le cadre réglementaire
- ⇒ Les enjeux pour l'entreprise et les principes généraux de prévention
- ⇒ Les méthodes d'évaluation (par risque, par activité, par poste, par situation de travail)
- ⇒ Les outils d'évaluation
- ⇒ L'évaluation des risques (identification, hiérarchisation des risques, mesures de prévention)
- ⇒ La formalisation dans le Document Unique
- ⇒ Le suivi de la démarche EVRP (indicateurs, réalisation des actions)

Modalités pédagogiques :

Exposés participatifs, exercices, vidéos, mises en situation (réelles ou reconstituées) avec retour d'expérience collectif.

Validation :

Remise d'une attestation de fin de formation.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 journées	De 5 à 6	Toute personne désignée par son entreprise pour mettre en œuvre la démarche d'évaluation des risques Professionnels (EVRP)	Formateur EVRP certifié (CARSAT/CRAMIF/INRS)	Intra-entreprise	3 900€ HT par groupe, soit 650 € HT par stagiaire pour un groupe de 6 personnes



Formation générale à la sécurité

Objectif :

Comprendre la sécurité dans l'entreprise, prévenir les risques dans l'entreprise et au poste de travail, maîtriser l'ensemble des moyens de prévention, intégrer les consignes en cas d'accident et d'incendie.

Descriptif :

Il s'agit d'une formation pratique et appropriée à la sécurité du travail au sein de l'établissement en fonction de sa taille, de la nature de son activité, du caractère des risques qui y sont constatés et du type d'emplois occupés par les salariés concernés. A la charge de l'employeur, cette formation doit être répétée périodiquement.

Personnel concerné :

- ⇒ Les travailleurs nouvellement embauchés (art. 4141-15, R.4141-16, R.4141-18 et R.4141-19);
- ⇒ Ceux qui changent de poste ou de technique (art. R.4141-15, R.4141-16, R.4141-18 et R.4141-19);
- ⇒ Ceux qui reprennent leur activité après un arrêt de travail d'au moins 21 jours (art. R.4141-9);
- ⇒ Les salariés d'entreprises dites extérieures (art. R.4513-1 à R.4513-7, R.4512-15 et R.4512-16), en particulier lors d'interventions dans des installations classées.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	7 maximum	Nouveaux collaborateurs ...	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 171 € HT par stagiaire pour un groupe de 7 personnes

Rappel de la législation

Article L 4141-2 L'employeur organise une formation pratique et appropriée à la sécurité. Cette formation est répétée périodiquement dans des conditions déterminées par voie réglementaire ou par convention ou accord collectif de travail.

Article R 4141-2 L'employeur informe les travailleurs sur les risques pour leur santé et leur sécurité d'une manière compréhensible pour chacun. Cette information ainsi que la formation à la sécurité sont dispensées lors de l'embauche et chaque fois que nécessaire.

Article R4141-12 En cas de modification des conditions habituelles de circulation sur les lieux de travail ou dans l'établissement ou de modification des conditions d'exploitation présentant notamment des risques d'intoxication, d'incendie ou d'explosion, l'employeur procède, après avoir pris toutes mesures pour satisfaire aux dispositions de l'article L. 4221-1 relatives à l'utilisation des lieux de travail, à l'analyse des nouvelles conditions de circulation et d'exploitation.

Article R4143-1 Le comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail participe à la préparation des formations à la sécurité.

Article R4141-8 En cas d'accident du travail grave ou de maladie professionnelle ou à caractère professionnel grave, l'employeur procède, après avoir pris toute mesure pour satisfaire aux dispositions de l'article L. 4221-1, à l'analyse des conditions de circulation ou de travail.

Il organise, s'il y a lieu, au bénéfice des travailleurs intéressés, les formations à la sécurité prévues par le présent chapitre.

Article R4141-7 Les formations à la sécurité sont conduites avec le concours, le cas échéant, de l'organisme professionnel de santé, de sécurité et des conditions de travail prévues à l'article L. 4643-1, et celui des services de prévention des organismes de sécurité sociale



Managers de proximité : Être acteur de la santé et de la sécurité de ses collaborateurs

Objectif :

Cette formation a pour objectif de former vos managers à :

- ⇒ Etre capable de comprendre les exigences réglementaires auxquelles l'entreprise doit répondre ;
- ⇒ Savoir les mettre en pratique ;
- ⇒ Etre alerte sur les risques d'accidents de travail et de maladies professionnelles dans son service.

Programme :

- ⇒ **Théorique** (1/2 journée) :
 - ◆ Retour sur l'expérience de manager
 - ◆ Discussion et définition de la santé et la sécurité au travail
 - ◆ Identification du risque biomécanique (lié aux gestes et aux postures)
 - ◆ Identification des risques spécifiques à votre entreprise (circulation d'engins, risques chimiques...)
 - ◆ Cadre réglementaire : quelle responsabilité et pourquoi ?

- ⇒ **Pratique** (1/2 journée) :
 - ◆ Mise en situations terrain
 - ◆ Analyse des pratiques sur des études de cas concrets

- ⇒ **Suite à la formation, un compte rendu sera remis à l'entreprise avec :**
 - ◆ Les problématiques abordées en formation
 - ◆ Les axes d'améliorations à travailler avec les managers

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	10 maximum	Managers de proximité	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 120 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes



Réaliser son plan de prévention

Objectif :

Identifier les obligations légales organisant l'intervention d'entreprises extérieures sur un site, analyser les éléments à vérifier lors de la visite préalable, élaborer et faire vivre le plan de prévention.

Programme :

- ⇒ Identifier ses obligations
 - ◆ Connaître le cadre réglementaire des interventions réalisées par les entreprises extérieures
 - ◆ Organiser le partage de responsabilités avec les sous-traitants
 - ◆ Mise en situation : **identification des types de travaux et d'interventions** qui nécessitent l'application du plan de prévention
- ⇒ Rédiger son plan de prévention
 - ◆ Définir les étapes clés d'un plan de prévention
 - ◆ Préparer son analyse des risques et son inspection préalable (outils et méthodes d'évaluation)
 - ◆ Jeu de rôle : **analyse des questions clés à se poser** lors d'une analyse des risques communs
- ⇒ Elaborer et mettre en place son plan de prévention
 - ◆ Connaître les chapitres essentiels à intégrer dans un plan de prévention
 - ◆ Organiser le contrôle de l'application pendant l'intervention de l'entreprise extérieure
- ⇒ Suivre et mettre à jour son plan de prévention
 - ◆ Comment faire vivre son plan de prévention ?

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Chargés de missions hygiène et sécurité, responsables travaux, responsables des services généraux, toute personne chargée d'établir un plan de prévention dans le cadre des interventions d'entreprises extérieures sur les installations	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 100 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Rappel de la législation

Art R 4512-6 Au vu des informations et éléments recueillis au cours de l'inspection commune préalable, les chefs d'entreprises utilisatrice et extérieures procèdent en commun à une analyse des risques pouvant résulter de l'interférence entre les activités, installations et matériels. Lorsque ces risques existent, les employeurs arrêtent d'un commun accord, avant le début des travaux, un plan de prévention définissant les mesures prises par chaque entreprise en vue de prévenir ces risques.

Art R 4512-7 Le plan de prévention est établi par écrit et arrêté avant le commencement des travaux :

1° Dès lors que l'opération à réaliser par les entreprises extérieures, y compris les entreprises sous-traitantes auxquelles elles peuvent faire appel, représente un nombre total d'heures de travail prévisible égal au moins à 400 heures sur une période inférieure ou égale à douze mois, que les travaux soient continus ou discontinus. Décret 92-158 du 20 février 1992, fixant les prescriptions particulières d'hygiène et de sécurité applicables aux travaux effectués dans un établissement par une entreprise.

Arrêté du 19 Mars 1993, fixant la liste des travaux dangereux pour lesquels il est établi par écrit un plan de prévention.



Gestion de la sécurité par le chef d'entreprise

Objectif :

Être capable au sein de votre établissement de prendre en charge toutes les obligations de sécurité qui vous incombent, avoir une connaissance actualisée du cadre législatif, déterminer les contraintes réglementaires, recenser les principales obligations applicables à l'entreprise et y répondre.

Descriptif :

- ⇒ Se repérer dans la réglementation applicable à son secteur d'activité
- ⇒ Répertorier les principales obligations de l'entreprise
- ⇒ Appliquer les obligations administratives et périodiques
- ⇒ Gérer les relations avec les instances du personnel impliquées dans la prévention de la sécurité
- ⇒ Connaître les obligations en matière d'accidents du travail et gérer leurs conséquences
- ⇒ Améliorer l'efficacité de vos relations avec les principaux acteurs externes

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	De 5 à 7	Chef d'entreprise ou délégués	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 171 € HT par stagiaire pour un groupe de 7 personnes

Rappel de la législation

Décret du 5 novembre 2001



Rôle et enjeux du comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail (C.H.S.C.T.)

Objectif :

Maîtriser les missions et le fonctionnement du CHSCT, se familiariser avec les outils à la disposition du CHSCT pour bien mener sa mission, devenir acteur de la prévention.

Programme :

- ⇒ **Cadre juridique :** les dispositions légales, les droits et obligations des élus, les règles de mise en place des instances, les obligations générales en matière d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail...
- ⇒ **Fonctionnement :** la constitution du CHSCT, l'organisation des réunions (l'ordre du jour, le procès-verbal, le recours au vote, le bilan annuel, les registres, les visites...)
- ⇒ **Rôle et mission :** la prévention des risques professionnels, les accidents, les maladies, l'amélioration des conditions de travail, l'aménagement des locaux, le droit d'alerte, de retrait...
- ⇒ **Comment agir :** apports méthodologiques pour analyser, évaluer et comprendre la sécurité et les risques du travail, connaître les principes généraux de prévention, avoir des notions d'aménagement de lieux ou de postes.
- ⇒ **Conclusion de la session**

Le plus de la formation :

Une partie de la formation sera ajustée au contexte de l'entreprise, à vos problématiques et à vos objectifs.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 journées pour – de 300 salariés	10 maximum	Membres du CHSCT, délégués du personnel élus dans des entreprises de plus de 50 salariés dépourvues de CHSCT	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	– de 300 salariés 2 500 € HT par groupe, soit 250 € HT par stagiaire
5 journées pour + de 300 salariés					+ de 300 salariés 3 900 € HT par groupe, soit 390 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Art L 4611-1 Un comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail est constitué dans tout établissement de cinquante salariés et plus.

La mise en place d'un comité n'est obligatoire que si l'effectif d'au moins cinquante salariés a été atteint pendant douze mois consécutifs ou non au cours des trois années précédentes.

Art L 4611-2 A défaut de comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail dans les établissements de cinquante salariés et plus, les délégués du personnel ont les mêmes missions et moyens que les membres de ces comités. Ils sont soumis aux mêmes obligations.

Art L 4612-1 Le comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail a pour mission :

1° De contribuer à la protection de la santé physique et mentale et de la sécurité des travailleurs de l'établissement et de ceux mis à sa disposition par une entreprise extérieure. **2°** De contribuer à l'amélioration des conditions de travail, notamment en vue de faciliter l'accès des femmes à tous les emplois et de répondre aux problèmes liés à la maternité. **3°** De veiller à l'observation des prescriptions légales prises en ces matières.



Connaissance et usage des produits d'entretien et de nettoyage

Objectif :

- ⇒ Acquisition ou amélioration des connaissances techniques nécessaires au maintien de la propreté
- ⇒ Définition des notions générales d'organisation et de plan de travail
- ⇒ Connaissance et utilisation des produits d'entretien
- ⇒ Connaissance des règles de sécurité pour l'utilisation des produits, du matériel et les protections à utiliser

Modalités pédagogiques :

Chaque séquence pédagogique alternera apports théoriques, méthodes participatives et/ou pratiques.

- ⇒ Théorie : exposés et débats
- ⇒ Pratique : lecture de fiches de données de sécurité, d'étiquettes de produits...

Programme :

⇒ **Première journée :**

- ◆ Accueil des stagiaires
- ◆ Missions des salariés concernés
- ◆ Rappels réglementaires
- ◆ **Généralités sur les produits d'entretien**
- ◆ Définitions
- ◆ Caractéristiques des produits
- ◆ **Voies de pénétration des produits dans l'organisme**
- ◆ Organisation et stockage des produits
- ◆ Utilisation des produits
- ◆ Lire une étiquette
- ◆ Les symboles de dangers
- ◆ La fiche de données de sécurité
- ◆ Incompatibilité des produits
- ◆ Les réactions chimiques

⇒ **Deuxième journée :**

- ◆ Règles de sécurité
- ◆ Équipements de protection individuelle
- ◆ Critères de choix
- ◆ Critères de résistance aux produits
- ◆ Aspects particuliers : eau de Javel, aérosols
- ◆ Nettoyer sans produits chimiques

Bilan du stage

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	7 maximum	Tout salarié utilisant des produits d'entretien	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	2 400 € HT par groupe, soit 343 € HT par stagiaire pour un groupe de 7 personnes



Risques chimiques Sensibilisation

Objectif :

Sensibilisation aux risques chimiques : comprendre les risques liés aux produits dangereux, utiliser les bons équipements face aux risques chimiques.

Programme :

⇒ **Théorie** (3 heures) :

- ◆ Point réglementaire
- ◆ Les produits chimiques (ACD, CMR) et leurs dangers (pictogrammes, FDS)
- ◆ Les différents types d'exposition des salariés
- ◆ Comprendre la toxicité d'un produit dans le corps
- ◆ Conditions d'utilisation, de stockage et de gestion des déchets
- ◆ Les protections collectives en atelier
- ◆ Les équipements de protection individuelle
- ◆ Comment réagir en cas d'incident ou d'accident

⇒ **Pratique** (1 heure) :

- ◆ Visite terrain : Observation des postes à risques chimiques

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	De 6 à 8	Personnes en contact avec des produits chimiques	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 450 € HT par groupe, soit 181 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes



Risques Chimiques

Objectif :

Sensibiliser les salariés concernés aux risques chimiques, comprendre les risques liés aux produits dangereux, adopter les bons comportements face aux dangers des produits, utiliser les bons équipements face aux risques chimiques, savoir réagir en cas d'incident ou d'accident.

Programme :

⇒ **Théorie** (une journée et ½) :

- ◆ Point réglementaire
- ◆ Les produits chimiques (ACD, CMR) et leurs dangers (pictogrammes, FDS)
- ◆ Les différents types d'expositions des salariés
- ◆ Comprendre la toxicité d'un produit dans le corps
- ◆ Conditions d'utilisation, de stockage et gestion des déchets
- ◆ Les protections collectives en ateliers
- ◆ Les équipements de protections individuelles
- ◆ Comment réagir en cas d'incident ou d'accident

⇒ **Pratique** (½ journée) :

Visite terrain :

- ◆ Observation des postes à risques chimiques : livraison, stockage, utilisation et déchets
- ◆ **Analyse d'un poste à risques**
- ◆ Actions à mettre en place
- ◆ QCM

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	De 6 à 8	Personnes en contact avec des produits chimiques	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	2 900 € HT par groupe, soit 362 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes



Devenir Référent Sécurité

Depuis le 1^{er} juillet 2012, l'employeur doit désigner un ou plusieurs salariés compétents pour s'occuper des activités de protection et prévention des risques professionnels, quelque soit le nombre de salariés dans l'entreprise.

Objectifs :

Connaître les bases de la réglementation, les données générales et techniques en matière de Santé Sécurité au travail, savoir analyser une situation à risques, mettre en œuvre et suivre les actions de prévention, suivre les indicateurs sécurité, communiquer avec les salariés et les représentants du personnel.

Programme :

Jours 1 et 2

Les bases de la démarche d'évaluation des risques professionnels :

- ⇒ Les acteurs de la prévention (internes, externes)
- ⇒ Les enjeux pour l'entreprise et les principes généraux de prévention
- ⇒ Savoir se documenter sur les risques et la réglementation en vigueur

La démarche de Prévention des risques :

- ⇒ Méthodes et outils d'évaluation des risques
- ⇒ Analyse des risques et actions possibles
- ⇒ Création du Document Unique et plan d'actions
- ⇒ Mise en œuvre des actions de prévention

Exercices et cas pratiques

Jour 3:

Santé et sécurité au travail :

- ⇒ Accidents et maladies professionnels : définition, conséquences et enjeux
- ⇒ Déclaration et surveillance médicale
- ⇒ Méthodes d'analyse des accidents du travail
- ⇒ Sensibilisation aux interventions en cas d'incendie et d'accident
- ⇒ Co-activité des entreprises extérieures (plan de prévention, protocole de sécurité)
- ⇒ Accueil et formation obligatoire des nouveaux arrivants
- ⇒ Vérifications et contrôles périodiques, registre sécurité

Exercices et cas pratiques

Modalités pédagogiques :

Partage d'expériences, apport théorique et mise en situation dans l'entreprise, supports de présentation.

Validation :

Remise d'une attestation individuelle de fin de formation.

Obligations réglementaires :

Article L 4644-1 du Code du Travail et décret n°2012-135 du 30 janvier 2012.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 journées	De 1 à 5	Toute personne compétente souhaitant devenir référent sécurité	Consultant / Ingénieur Sécurité	Intra-entreprise	3600 € HT par groupe, soit 720 € HT par stagiaire pour un groupe de 5 personnes



Accompagnement au changement

Objectif :

- ⇒ Appréhender la dimension informelle des organisations (analyse systémique, culture)
- ⇒ **Conduire le changement avec l'approche systémique**
- ⇒ Développer sa posture d'agent de changement et les compétences associées
- ⇒ Apprendre à formuler et implanter un projet de changement en entreprise
- ⇒ Donner du sens au changement et mobiliser les acteurs
- ⇒ Appréhender avec attention les facteurs humains pour une meilleure synergie autour du changement
- ⇒ Gérer des interactions difficiles et sortir des conflits
- ⇒ **Savoir mener un changement en toute cohérence avec les spécificités d'une organisation donnée**
- ⇒ **Expérimenter la gestion du changement dans l'action**
- ⇒ Accompagner ses collaborateurs dans la dimension émotionnelle du changement

Descriptif :

La démarche consiste à **déléguer au groupe le savoir-faire mais aussi la fonction d'analyse**. L'intervenant ne se pose pas en expert détenteur d'un protocole à suivre mais en garant d'un espace d'échange. Il garantit un espace de travail sécurisant et contenant en posant un cadre. La visée de nos dispositifs est de permettre aux professionnels de faire évoluer leur rapport aux difficultés, aux questions et au vécu liés à l'exercice d'un travail qui s'inscrit dans une organisation, et ainsi, **favoriser le questionnement, la prise de recul, l'analyse et la co-construction du sens**.

Modalités pédagogiques :

- ⇒ **Des supports théoriques** sont remis aux participants :
 - ◆ Une bibliographie
 - ◆ Un support de synthèse
 - ◆ Des grilles d'analyse réalisées par les participants

Programme :

- ⇒ Analyser les différents types de changement et identifier son style de leadership
- ⇒ Explorer l'approche systémique et culturelle des organisations
- ⇒ Adopter la posture d'agent de changement
- ⇒ Impliquer les acteurs et accompagner l'expérience émotionnelle du changement

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
5 journées (3 jours + intersession 1 mois + 2 jours)	De 8 à 12	Cadres dirigeants, Responsables métiers et de projets, Managers opérationnels, Managers RH, communication.	Un psychologue du travail, psychosociologue	Intra-entreprise	8 250 € HT par groupe, soit 688 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Managers de proximité : Être acteur de la santé et de la sécurité de ses collaborateurs

Objectif :

Cette formation a pour objectif de former vos managers à :

- ⇒ Etre capable de comprendre les exigences réglementaires auxquelles l'entreprise doit répondre ;
- ⇒ Savoir les mettre en pratique ;
- ⇒ Etre alerte sur les risques d'accidents de travail et de maladies professionnelles dans son service.

Programme:

⇒ **Théorique** (1/2 journée) :

- ◆ Retour sur l'expérience de manager
- ◆ Discussion et définition de la santé et la sécurité au travail
- ◆ Identification du risque biomécanique (lié aux gestes et aux postures)
- ◆ Identification des risques spécifiques à votre entreprise (circulation d'engins, risques chimiques...)
- ◆ Cadre réglementaire : quelle responsabilité et pourquoi ?

⇒ **Pratique** (1/2 journée) :

- ◆ Mise en situations terrain
- ◆ Analyse des pratiques sur des études de cas concrets

⇒ **Suite à la formation, un compte rendu sera remis à l'entreprise avec :**

- ◆ Les problématiques abordées en formation
- ◆ Les axes d'améliorations à travailler avec les managers

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	10 maximum	Managers de proximité	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 120 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes



Optimiser votre efficacité managériale J1

Objectif :

La formation vise à aider les managers à mieux exploiter leurs compétences professionnelles en s'adossant sur leurs compétences personnelles et émotionnelles : savoir repérer ses compétences managériales, développer ses capacités relationnelles, mieux gérer ses relations interpersonnelles avec ses collaborateurs, s'affirmer avec efficacité et détermination.

Descriptif :

Développer son affirmation de soi afin de mieux réguler son stress relationnel et sa gestion des émotions sur le lieu de travail.

Ce programme est construit autour de trois axes : Comprendre – Repérer – Agir. Les participants apprendront à distinguer les différentes formes de difficultés relationnelles, à reconnaître les situations à risque, à mettre en place des outils de communication et de régulation du stress relationnel.

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ Identifier ses atouts, sa posture de manager
- ◆ Les 5 compétences essentielles du manager
- ◆ Optimiser son style de management
- ◆ Comment être plus efficace grâce à ses émotions ?
- ◆ Développer sa prise de recul par rapport aux situations
- ◆ Mieux gérer sa relation avec un collègue, un collaborateur, un manager
- ◆ **Développer sa souplesse relationnelle par l'affirmation de soi**
- ◆ Enrichir votre style de management

⇒ **Pratique :**

- ◆ Mise en situations, étude de cas pratiques à partir des expériences des participants
- ◆ Analyse des pratiques sur des études de cas concrets
- ◆ Exercices de relaxation et respiration

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Top Managers, Middle management	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Option - Formation sur mesure :

- ⇒ Réunion avec le DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles.
 - ⇒ L'objectif étant de vouloir coller aux réalités de la société et aux populations cibles.
- ⇒ Prix : 1 850 € HT par groupe, soit 155 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes.



Renforcement de l'optimisation managériale J2

Objectif :

La formation vise à aider les managers à faire le bilan de leurs pratiques après le travail d'appropriation de certains outils explorés au cours du J1. Analyse des pratiques managériales : développer ses compétences transversales, renforcer sa gestion des émotions, renforcer sa force de conviction, avoir du leadership.

Développer son affirmation de soi afin de mieux réguler son stress relationnel et sa gestion des émotions sur le lieu de travail.

Descriptif :

Ce programme est construit autour de trois axes : Comprendre – Repérer – Agir. Les participants apprendront à distinguer les différentes formes de difficultés relationnelles, à situer les différentes étapes du processus, à reconnaître les situations à risque, à mettre en place des outils de communication et de régulation du stress relationnel.

Programme :

⇒ Aspects théoriques :

- ◆ Retour sur son expérience de manager
- ◆ Rappels des éléments clés du J1
- ◆ Avoir du leadership
- ◆ Renforcer sa capacité de prise de recul et celle de ses collaborateurs
- ◆ Mieux réguler son stress et celui de ses collaborateurs
- ◆ Les 3 erreurs de raisonnements
- ◆ Les 4 stades de la relation
- ◆ Faire face à un désaccord
- ◆ Affirmer son style de management

⇒ Aspects pratiques :

- ◆ Mise en situations, étude de cas pratiques à partir des expériences des participants
- ◆ Analyses des pratiques sur des études de cas concrets
- ◆ Exercices de relaxation et respiration

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Stagiaires ayant suivi la formation : « Optimisez votre efficacité managériale »	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Option - Formation sur mesure :

⇒ Réunion avec la DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles.

⇒ L'objectif étant de vouloir coller aux réalités de la société et aux populations cibles.

⇒ Prix : 1 850 € HT par groupe, soit 155 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes.



Le Tutorat Remobiliser les Seniors au sein de l'entreprise

Objectif :

La formation vise à aider les seniors à se remobiliser au sein de l'entreprise sur un projet d'accompagnement de jeunes à travers un tutorat. La formation permettra d'accompagner la DRH à mettre en place un plan de tutorat au sein de son entreprise : identifier ses pratiques professionnelles, développer ses compétences comme tuteur, replacer son rôle dans le cadre d'un projet personnel et professionnel, développer ses capacités à transmettre un savoir-faire, développer ses capacités relationnelles.

Descriptif :

Il s'agit de redonner du sens au travail pour une population de senior confrontée aux difficultés de se remobiliser, en construisant un projet interne répondant aux enjeux de la gestion des compétences (GPEC). Ce programme est construit autour d'une volonté de recréer du lien social au sein de l'organisation de votre société et permettre aux jeunes salariés de bénéficier du transferts de compétences.

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ Définir sa vision et son rôle de tuteur, ses limites, ses obstacles
- ◆ Identifier son expérience et son savoir-faire pour mieux partager
- ◆ **S'organiser et gérer les entretiens avec le « nouveau salarié »**
- ◆ Mieux gérer les situations difficiles liées au cadre transgénérationnel
- ◆ **Se professionnaliser dans l'exercice de son rôle**
- ◆ Savoir installer un cadre relationnel et comportemental en cohérence avec sa mission
- ◆ Savoir gérer son stress pour mieux gérer celui du « nouveau salarié »

⇒ **Pratique :**

- ◆ Mise en situations, étude de cas pratiques à partir des expériences des participants
- ◆ Analyses des pratiques sur des études de cas concrets

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Tout public	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Option - Formation sur mesure :

- ⇒ Réunion avec la DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles.
 - ⇒ L'objectif étant de vouloir coller aux réalités de la société et aux populations cibles.
 - ⇒ Prix : 1 850 € HT par groupe, soit 155 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes.



Comment conduire un entretien d'évaluation

Objectifs :

La formation vise à accompagner les managers et les membres de l'équipe RH à mieux gérer les situations de l'entretien d'évaluation avec leurs collaborateurs, le feed-back du 360°, l'affirmer dans son rôle de manager, prendre du recul face à ses collaborateurs, mieux gérer ses émotions, son stress pour mieux communiquer, savoir exploiter l'entretien d'évaluation comme développement d'un projet de co-construction avec ses collaborateurs, savoir-faire un feed-back autour d'un axe de progrès.

Descriptif :

Donner aux managers et aux responsables RH tous les moyens de mener des entretiens d'évaluation avec les salariés de l'entreprise à partir de leur propre capacité relationnelle et de leur capacité à réaliser une restitution de l'évaluation la plus efficace. Vous saurez mieux optimiser l'entretien pour motiver et accompagner votre salarié à devenir acteur de son projet professionnel en cohérence avec les enjeux de votre entreprise et de ses résultats d'évaluation. Le responsable RH pourra jouer le rôle d'accompagnant comme d'animateur de l'entretien.

Programme :

⇒ **Aspects théoriques :**

- ◆ Définir sa vision et son rôle, ses limites, ses obstacles dans le cadre d'une restitution d'évaluation
- ◆ Identifier les axes de progrès sur lesquels vous souhaitez partager avec le salarié
- ◆ Savoir installer un cadre relationnel et comportemental en cohérence avec l'enjeu
- ◆ Comment conduire l'entretien
- ◆ Mieux réguler son stress et ses émotions comme ceux de son collaborateur
- ◆ Développer sa capacité à prendre du recul
- ◆ Faire face à un désaccord
- ◆ Développer sa capacité à faire un feed-back constructif et authentique

⇒ **Aspects pratiques :**

- ◆ Mise en situations, étude de cas pratiques à partir des expériences des participants
- ◆ Analyses des pratiques sur des études de cas concrets

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Managers, DRH	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Option - Formation sur mesure :

- ⇒ Réunion avec le DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles.
 - ⇒ L'objectif étant de vouloir « coller aux réalités de la société et aux populations cibles »
 - ⇒ Prix : 1 850 € HT par groupe, soit 155 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes



Comment conduire un entretien à fort enjeu personnel et professionnel

Objectif :

La formation vise à aider les membres de l'équipe RH et de l'équipe managériale à mieux gérer toutes les conduites d'entretien. Elle a pour objectif de vous permettre d'avoir accès à toutes vos capacités émotionnelles et intellectuelles pour devenir plus efficace et afin de mieux « négocier » avec vos partenaires et/ou vos collaborateurs. Comment mieux négocier avec les partenaires sociaux ? Comment faire face à un désaccord ? Comment accepter les revendications ? Il s'agit de développer ses compétences en tant qu'animateur, de développer ses capacités relationnelles, de renforcer sa force de conviction et son affirmation.

Descriptif :

Le but est de permettre de développer votre posture d'animateur ou de conducteur d'entretien. Nous apprendrons à utiliser toutes les capacités émotionnelles et professionnelles pour agir. Nous nous appuyerons sur vos propres ressources pour développer votre savoir-faire relationnel et renforcer votre professionnalisme à la conduite d'entretien.

Programme :

⇒ **Théorique :**

- ◆ Identifier son expérience et son savoir-faire pour être plus pertinent
- ◆ Conduire et organiser un entretien
- ◆ S'affirmer dans son rôle
- ◆ Maîtriser les techniques d'entretien
- ◆ Développer son écoute active
- ◆ Gérer ses émotions et son stress
- ◆ Prendre du recul
- ◆ Faire un feed-back
- ◆ Identifier le stress de vos interlocuteurs pour mieux savoir agir
- ◆ Savoir installer un cadre relationnel et comportemental efficace
- ◆ Mieux gérer les situations difficiles
- ◆ Construire une relation co-constructive

⇒ **Pratique :**

- ◆ Mise en situations, étude de cas pratiques à partir des expériences des participants
- ◆ Analyses des pratiques sur des études de cas concrets

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Tout public	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 650 € HT par groupe, soit 137 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Option - Formation sur mesure :

- ⇒ Réunion avec la DRH pour comprendre les véritables enjeux de l'entreprise et les problématiques actuelles.
 - ⇒ L'objectif étant de vouloir coller aux réalités de la société et aux populations cibles.
 - ⇒ Prix : 1 850 € HT par groupe, soit 155 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes.



Le Mentorat : transferts intergénérationnels Développer et exercer ses facultés de mentor en tant que junior ou senior

Objectif :

Cette formation-action vise à la mise en œuvre d'un système de mentorat performant permettant de valoriser les potentiels de transmission et de favoriser le développement personnel et professionnel de salariés (juniors et seniors) au sein de votre entreprise.

Descriptif :

La formation-action permettra aux mentors de bénéficier d'une méthodologie et d'outils communs, de donner forme et mettre en valeur leurs propres ressources (compétences, expériences, aptitude à transmettre), tout en développant leurs habiletés de mentor et d'accompagnateur.

Programme :

⇒ Le socle du mentorat

- ◆ Définir les rôles et responsabilités des mentors et mentorés
- ◆ **Se situer par rapport à son rôle et ses responsabilités de mentor au sein d'un projet personnel et professionnel**
- ◆ Identifier ses pratiques professionnelles et ses ressources
- ◆ Les 3 dimensions à gérer
- ◆ Les 2 pôles du rôle-conseil : expert et facilitateur

⇒ La relation à l'autre

- ◆ **Développer ses capacités relationnelles (l'écoute active)**
- ◆ Construire une relation de confiance et la gérer tout au long du mentorat
- ◆ Les 3 piliers : présence, territoire, alliance
- ◆ Savoir donner, demander et recevoir du feed-back

⇒ Gérer le processus et le contenu

- ◆ **Savoir se situer selon la situation en tant qu'expert ou facilitateur**
- ◆ Accompagner le mentoré dans la recherche de ses propres solutions
- ◆ Adopter un cadre de référence pour structurer la démarche et les rencontres de mentorat
- ◆ Des outils pour gérer le processus et le contenu

Les "plus" de la formation :

Le mentorat, bien encadré, offre de multiples avantages :

- ◆ la mise en valeur, dans l'échange mentorat, du potentiel des salariés (juniors et seniors)
- ◆ l'insertion professionnelle et l'intégration de nouveaux salariés
- ◆ la remobilisation des seniors
- ◆ une meilleure gestion des conflits dans le cadre intergénérationnel
- ◆ la consolidation de l'expertise et la mise à jour constante de nouveaux savoirs
- ◆ la formation d'une relève compétente et la préservation des savoir-faire
- ◆ le renforcement du sentiment d'appartenance à l'organisation
- ◆ la transmission de la culture d'entreprise et de la mémoire organisationnelle

Pour aller plus loin, nous offrons des services-conseils pour implanter un programme de mentorat performant dans votre organisation :

- ◆ Positionner solidement votre offre de mentorat
- ◆ Sélectionner et former les mentors et les mentorés
- ◆ Evaluer les apprentissages et le transfert sur le terrain
- ◆ Proposer un suivi plus personnalisé de coaching en petit groupe de mentors (4 maximum) pendant la durée du mentorat

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 jours + 1 jour + 1 jour (1 mois d'inter-session ou selon la demande)	10 maximum	Tout public (possibilité de créer des groupes mixtes juniors mentors / seniors mentors)	Un psychologue du travail, psycho-sociologue	Intra-entreprise	4 350 € HT par groupe - Option « pour aller plus loin » sur devis, nous contacter



Exercice d'évacuation

Objectif :

⇒ Vérifier le comportement du personnel lors d'un exercice d'évacuation grandeur nature, faire apparaître les points à améliorer et proposer des mesures pour y remédier. L'exercice aura lieu dans votre établissement.

Programme :

- ⇒ Déclenchement de l'alarme
- ⇒ Évacuation en temps réel
- ⇒ Débriefing

Variante :

Un scénario peut être mis en place avec des fumées froides, un simulateur de feu, l'enfumage d'une ou plusieurs pièces.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
4 heures	Tout le personnel de l'établissement	Tout le personnel de l'établissement	Consultant incendie	Intra-entreprise	550€ HT pour une évacuation simple 650€ HT par groupe pour une évacuation avec scénario

Rappel de la législation

Article R 4227-37

1° Dans chaque local pour les locaux dont l'effectif est supérieur à cinq personnes et pour les locaux mentionnés à l'article R. 4227-24

2° Dans chaque local ou dans chaque dégagement desservant un groupe de locaux dans les autres cas

Article R 4237-38 La consigne de sécurité incendie indique :

1° Le matériel d'extinction et de secours qui se trouve dans le local ou à ses abords

2° Les personnes chargées de mettre ce matériel en action

3° Pour chaque local, les personnes chargées de diriger l'évacuation des travailleurs et éventuellement du public

4° Les mesures spécifiques liées, le cas échéant, à la présence de handicapés

5° Les moyens d'alerte

6° Les personnes chargées d'aviser les sapeurs-pompiers dès le début d'un incendie

Article R 4227-39 La consigne de sécurité prévoit des essais et visites périodiques du matériel et des exercices au cours desquels les travailleurs apprennent à reconnaître les caractéristiques du signal sonore d'alarme générale, à se servir des moyens de premier secours et à effectuer les diverses manœuvres nécessaires.



Formation incendie

Objectif :

Acquérir ou maintenir les connaissances pratiques de la lutte contre les incendies dans l'établissement afin d'être capable d'utiliser un extincteur avant l'arrivée des secours spécialisés.

1-Manipulation extincteurs

Exercices pratiques : extincteur de feux réels.

Les différents thèmes ci-après font partie des thèmes abordés :

- ⇒ Feu d'hydrocarbures
- ⇒ Feu dans une armoire électrique
- ⇒ Feu de poubelle
- ⇒ Feu de friteuse
- ⇒ Feu d'ordinateur ou de téléviseur
- ⇒ Feu sur une personne (mannequin)

2- Sensibilisation extincteurs

Exercices pratiques

+ Théorie :

- ⇒ Les consignes incendies de votre entreprise
- ⇒ Les différents numéros de secours
- ⇒ Les différents extincteurs de votre entreprise
- ⇒ Principe de fonctionnement

Formation chez le client, espace extérieur de +/- 10m2 nécessaire, matériel compris

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 heure 2 heures	12 maximum	Tout le personnel de l'établissement	Consultant incendie	Intra-entreprise	1 heure 300 € HT par groupe, soit 25 € HT par stagiaire 2 heures 500 € HT par groupe, soit 42 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Si vous n'avez pas d'espace extérieur, la location d'une unité mobile sera nécessaire :

(Prix valables pour les deux types de formations)

- ⇒ 6 places soit 24 stagiaires à la journée : 2 200 € HT par jour, soit 92 € HT par stagiaire pour un groupe de 24 personnes
- ⇒ 10 places soit 40 stagiaires à la journée : 3 200 € HT par jour, soit 80 € HT par stagiaire pour un groupe de 40 personnes
- ⇒ 12 places soit 48 stagiaires à la journée : 3 400 € HT par jour, soit 71 € HT par stagiaire pour un groupe de 48 personnes

Autres :

- ⇒ Un livret et une attestation individuelle seront remis à chaque stagiaire (aucun pré-requis n'est nécessaire)
- ⇒ Nous assurons ces formations dans différents ERP de type : J - maison de retraites; O - hôtellerie; U - sanitaire et R - enseignement.

Rappel de la législation

Code du travail : Article L.4141-2 : L'employeur organise une formation pratique et appropriée à la sécurité au bénéfice :

Des travailleurs qu'il embauche ; des travailleurs qui changent de poste de travail ou de technique ; des salariés temporaires, à l'exception de ceux auxquels il est fait appel en vue de l'exécution de travaux urgents nécessités par des mesures de sécurité et déjà dotés de la qualification nécessaire à cette intervention ; à la demande du médecin du travail, des travailleurs qui reprennent leur activité après un arrêt de travail d'une durée d'au moins vingt et un jours. Cette formation est répétée périodiquement dans des conditions déterminées par voie réglementaire ou par convention ou accord collectif de travail.

Articles R4227-28 à R4227-33 Obligations de mesures préventives contre l'incendie, type de détection, type d'extincteurs en première intervention, RIA, colonnes sèches ou humides, sable, signalisation.

Code pénal : Section II art. 22-6, 222-19, 222-21 : Atteinte involontaire à l'intégrité de la personne ou à la vie : « Pour une personne physique ou morale le fait de causer à autrui, par maladresse, imprudence, négligence, manquement de façon délibérée à une obligation de sécurité ou de prudence imposée par la loi ou les règlements, une incapacité ou la mort, entraîne des conséquences pénales (amendes, emprisonnement) ».



Formation évacuation « Chargé et responsable d'évacuation » (Guide et serre-file)

Objectif :

- ⇒ Reconnaître le signal d'alarme, connaître les cheminements et la conduite à tenir pour évacuer tout le personnel et les clients
- ⇒ Répartir et connaître les missions, les techniques et les consignes d'évacuation (chargés de sécurité)

Programme :

- ⇒ Les différents numéros de téléphone de secours
- ⇒ Lire un plan d'évacuation
- ⇒ Cheminement d'évacuation
- ⇒ Mission des chargés d'évacuation, des serre-files, des guides par zone, étage, atelier, etc.
- ⇒ Formations théoriques et pratiques des chargés, serre-files, et guides
- ⇒ Chargés de missions spéciales (coupure gaz, électricité, etc.)
- ⇒ Mise en place du point de rassemblement
- ⇒ Le responsable sécurité et l'animateur revoient les dernières modalités puis élaborent ensemble un exercice d'évacuation jusqu'au point d'acheminement. (Exercice de simulation ou réel à votre demande)
- ⇒ Formation et utilisation de la centrale de sécurité d'incendie (60 minutes)
- ⇒ En fin d'exercice, les différents acteurs se réunissent pour faire l'analyse de la formation
- ⇒ Ce programme peut varier en fonction de l'établissement

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
4 heures	12 maximum	Responsables de sécurité, membres du C.H.S.C.T, tout personnel de l'établissement plus ceux précités et les équipiers de sécurité incendie	Consultant incendie	Intra-entreprise	650 € HT par groupe, soit 54 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Rappel de la législation

Article R 4227-37

1° Dans chaque local pour les locaux dont l'effectif est supérieur à cinq personnes et pour les locaux mentionnés à l'article R. 4227-24

2° Dans chaque local ou dans chaque dégagement desservant un groupe de locaux dans les autres cas

Article R 4237-38 La consigne de sécurité incendie indique :

1° Le matériel d'extinction et de secours qui se trouve dans le local ou à ses abords

2° Les personnes chargées de mettre ce matériel en action

3° Pour chaque local, les personnes chargées de diriger l'évacuation des travailleurs et éventuellement du public

4° Les mesures spécifiques liées, le cas échéant, à la présence de handicapés

5° Les moyens d'alerte

6° Les personnes chargées d'aviser les sapeurs-pompiers dès le début d'un incendie Article R 4227-39 La consigne de sécurité prévoit des essais et visites périodiques du matériel et des exercices au cours desquels les travailleurs apprennent à reconnaître les caractéristiques du signal sonore d'alarme générale, à se servir des moyens de premier secours et à effectuer les diverses manœuvres nécessaires.



Formation incendie Équipier de Première Intervention (EPI)

Objectif :

Acquérir les connaissances pratiques de la lutte contre les incendies dans l'établissement afin d'être capable :

- ⇒ De donner l'alerte.
- ⇒ De reconnaître les différents extincteurs mis à la disposition du personnel.
- ⇒ D'agir contre le début d'un incendie avant l'arrivée des secours spécialisés.

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ connaissance de l'établissement, de ses risques et de ses moyens de lutte contre l'incendie
- ◆ connaissance parfaite des consignes de sécurité : consignes incendies de votre entreprise, numéros de secours
- ◆ théorie du feu : causes, mécanismes, triangle du feu, différentes classes de feu
- ◆ dangers d'un incendie : modes de propagation, le comportement des matériaux et éléments de construction
- ◆ fumées : effets sur l'homme, moyens d'extinction, les différents extincteurs de votre entreprise, autre moyens et types d'extinctions (RIA...)
- ◆ sensibilisation aux risques domestiques: information et les consignes en cas d'évacuation

⇒ **Pratique :**

- ◆ extinction de feux réels : feu d'hydrocarbures, feu dans une armoire électrique, feu de poubelle, feu de friteuse, feu d'ordinateur ou de téléviseur, feu sur une personne (mannequin)

Formation chez le client, espace extérieur de +/- 10m2 nécessaire, matériel compris

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
4 heures	12 maximum	Tout personnel de l'établissement	Consultant incendie	Intra-entreprise	850 € HT par groupe, soit 70 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Si vous n'avez pas d'espace extérieur, la location d'une unité mobile sera nécessaire:

- ⇒ 6 places soit 24 stagiaires à la journée: 2200 € HT par jour, soit 92 € HT par stagiaire pour un groupe de 24 personnes
- ⇒ 10 places soit 40 stagiaires à la journée: 3200 € HT par jour, soit 80 € HT par stagiaire pour un groupe de 40 personnes
- ⇒ 12 places soit 48 stagiaires à la journée: 3400 € HT par jour, soit 71 € HT par stagiaire pour un groupe de 48 personnes

Validation :

Remise d'un livret à chaque stagiaire et attestation individuelle de formation.

Rappel de la législation

Articles R4227-28 à R4227-33 Obligations de mesures préventives contre l'incendie, type de détection, type d'extincteurs en première intervention, RIA, colonnes sèches ou humides, sable, signalisation. Règle R6 de l'Assemblée Plénière des Sociétés d'Assurance Dommages (A.P.S.A.D)

Chapitre 4 En période d'activité, 10% de l'effectif par secteur de façon à pouvoir réunir 2 E.P.I. en moins d'une minute par secteur.

Chapitre 6 Les équipiers de Première Intervention doivent recevoir une formation particulière, à la fois théorique et pratique, sur la prévention et la lutte contre l'incendie.



Formation incendie Équipier de Seconde Intervention (ESI)

Objectif :

Acquérir les connaissances théoriques et pratiques de la prévention et de la lutte contre les incendies dans l'établissement afin d'être capable de donner l'alerte puis :

- ⇒ De reconnaître les différents extincteurs mis à la disposition du personnel et agir contre le début d'un incendie avant l'arrivée des secours spécialisés.
- ⇒ De participer activement à l'évacuation et venir en soutien des équipiers de Première Intervention.

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ connaissance de l'établissement, de ses risques et de ses moyens de lutte contre l'incendie
- ◆ missions de l'Équipier de Seconde Intervention,
- ◆ connaissance parfaite des consignes de sécurité
- ◆ théorie du feu, dangers d'un incendie, moyens d'extinction
- ◆ conduite à tenir face à une personne brûlée ou à une personne intoxiquée par des fumées
- ◆ consignes en cas d'évacuation (évacuation, information)
- ◆ sensibilisation aux produits dangereux

⇒ **Exercices pratiques :**

- ◆ visite de l'établissement, reconnaissance des différents organes de sécurité : plan d'évacuation, issues de secours, bloc autonome, coupure d'électricité...
- ◆ extinction sur feux réels : feu d'hydrocarbures, feu dans une armoire électrique, feu de poubelle, feu de friteuse, feu d'ordinateur ou de téléviseur, feu sur une personne (mannequin)

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
6 heures	12 maximum	Personnel désigné par le chef d'établissement	Consultant incendie	Intra-entreprise	1 050 € HT par groupe, soit 88 € HT par stagiaire pour un groupe de personnes

Formation chez le client, espace extérieur de +/- 10m2 nécessaire, matériel compris

Si vous n'avez pas d'espace extérieur, la location d'une unité mobile sera nécessaire :

- ⇒ 6 places soit 24 stagiaires à la journée: 2200 € HT par jour, soit 92 € HT par stagiaire pour un groupe de 24 personnes
- ⇒ 10 places soit 40 stagiaires à la journée: 3200 € HT par jour, soit 80 € HT par stagiaire pour un groupe de 40 personnes
- ⇒ 12 places soit 48 stagiaires à la journée: 3400 € HT par jour, soit 71 € HT par stagiaire pour un groupe de 48 personnes

Pré-requis :

De préférence, avoir suivi la formation « Equipier de Première Intervention ». Cependant les thèmes évoqués à la formation E.P.I. seront de nouveau abordés.

Validation :

Remise d'un livret à chaque stagiaire et attestation individuelle de formation.

Rappel de la législation

Articles R4227-28 à R4227-33 Obligations de mesures préventives contre l'incendie, type de détection, type d'extincteurs en première intervention, RIA, colonnes sèches ou humides, sable, signalisation.

Règle R6 de l'Assemblée Plénière des Sociétés d'Assurance Dommages (A.P.S.A.D). **Chapitre 4** En période d'activité, 10% de l'effectif par secteur de façon à pouvoir réunir 2 E.P.I. en moins d'une minute par secteur. **Chapitre 6** Les Equipiers de Première Intervention doivent recevoir une formation particulière, à la fois théorique et pratique, sur la prévention et la lutte contre l'incendie. **Chapitre 6** Les Equipiers de Seconde Intervention doivent recevoir une formation particulière, à la fois théorique et pratique, sur la prévention et la lutte contre l'incendie.



Sauveteur secouriste du travail SST

Objectif :

Acquérir les connaissances nécessaires à la bonne exécution des gestes de premiers secours dans le monde du travail

Programme :

⇒ **Théorie :**

- ◆ Le sauveteur secourisme du travail : son rôle et l'articulation de son action avec les autres acteurs de la prévention en entreprise. Savoir examiner pour protéger, secourir, prévenir, alerter ou faire alerter, informer.
- ◆ Rechercher les risques persistants pour protéger : appréhender le concept de danger, identifier les dangers pour protéger la victime, analyser l'environnement, sans se mettre soi-même en danger. Repérer les personnes potentiellement en danger, etc.
- ◆ Examiner rapidement la victime pour alerter : savoir si sa vie est menacée, en cas de pathologies multiples, les prioriser, définir le moment opportun pour transmettre le message d'alerte et définir les informations importantes à délivrer. Organiser l'accès des secours.
- ◆ Secourir : déterminer l'action à mettre en œuvre selon que la victime saigne abondamment, s'étouffe, se plaint de sensations pénibles, de brûlures, d'une douleur qui empêche certains mouvements, d'une plaie qui ne saigne pas abondamment, ne répond pas mais respire, ne répond pas et ne respire pas.

⇒ **Pratique** (le stagiaire sera face à différentes mises en situation d'accidents selon) :

- ◆ Les risques spécifiques de l'entreprise
- ◆ Les attentes des stagiaires
- ◆ Les demandes du médecin du travail

Validation :

- ⇒ Il sera délivré aux stagiaires ayant suivi la formation et ayant fait l'objet d'une évaluation favorable, une carte de sauveteur secouriste du travail.
- ⇒ Si le stagiaire ne répond pas aux compétences attendues d'un sauveteur secouriste du travail, il se verra remettre une attestation de suivi de formation.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	De 4 à 10	Personnel désigné ou volontaire pour porter secours en cas d'accident	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 500 € HT par groupe, soit 150 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Article R 4224-15

Un membre du personnel reçoit la formation de secouriste nécessaire pour donner les premiers secours en cas d'urgence. Les travailleurs ainsi formés ne peuvent remplacer les infirmiers.

Article R 4224-16

En l'absence d'infirmiers, ou lorsque leur nombre ne permet pas d'assurer une présence permanente, l'employeur prend, après avis du médecin du travail, les mesures nécessaires pour assurer les premiers secours aux accidentés et aux malades.

Circulaire 289 du 1er juin 2002 : Il est souhaitable de doter chaque établissement d'un secouriste pour dix personnes



Maintien et actualisation des compétences (MAC) (Anciennement recyclage SST)

Programme :

- ⇒ Difficultés rencontrées dans l'année suite à des accidents
- ⇒ Actualisation des gestes
- ⇒ Révision du programme théorique et pratique
- ⇒ Mise en situation des secouristes
- ⇒ Révision des connaissances sur les risques de l'entreprise

Validation :

Examen final

Renouvellement :

Le MAC doit avoir lieu entre 12 et 24 mois après l'obtention du SST ; ensuite le renouvellement doit être effectué tous les 24 mois.

Informations obligatoires 15 jours avant la formation :

- ⇒ Le numéro Siret de l'entreprise
- ⇒ Le nom et le prénom des stagiaires
- ⇒ Le numéro de carte SST

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	De 4 à 10	Sauveteurs Secouristes du Travail	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	800 € HT par groupe, soit 80 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Article R 4224-15 Un membre du personnel reçoit la formation de secouriste nécessaire pour donner les premiers secours en cas d'urgence. Les travailleurs ainsi formés ne peuvent remplacer les infirmiers.

Article R 4224-16 En l'absence d'infirmiers, ou lorsque leur nombre ne permet pas d'assurer une présence permanente, l'employeur prend, après avis du médecin du travail, les mesures nécessaires pour assurer les premiers secours aux accidentés et aux malades.

Article R 4323-104 : L'employeur informe de manière appropriée les travailleurs devant utiliser des équipements de protection individuelle :

- 1° Des risques contre lesquels l'équipement de protection individuelle les protège
- 2° Des conditions d'utilisation de cet équipement, notamment les usages auxquels il est réservé
- 3° Des instructions ou consignes concernant les équipements de protection individuelle
- 4° Des conditions de mise à disposition des équipements de protection individuelle

Article R 4323-105 : L'employeur élabore une consigne d'utilisation reprenant de manière compréhensible les informations mentionnées aux 1° et 2° de l'article R. 4323-104.

Article R 4323-106 : L'employeur fait bénéficier les travailleurs devant utiliser un équipement de protection individuelle d'une formation adéquate comportant, en tant que de besoin, un entraînement au port de cet équipement.



Utilisation du défibrillateur

Programme :

⇒ 1^{ère} partie :

- ◆ Identification d'arrêt cardio-ventilatoire
- ◆ Manœuvres de réanimation seul et à deux sauveteurs
- ◆ Mise en œuvre de techniques de réanimations intégrant le matériel d'oxygénothérapie

⇒ 2^{ème} partie :

- ◆ Objectifs de la défibrillation
- ◆ Cadre réglementaire
- ◆ Présentation du matériel et principe de fonctionnement
- ◆ Mise en œuvre de l'appareil, procédures et exercices pratiques
- ◆ Sécurité et maintenance

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 heure	10 maximum	Personnel volontaire pour porter secours en cas d'accident	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	200 € HT par groupe, soit 20 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Code pénal : section II art. 222-6, 222-19, 222-21 : Atteintes involontaires à l'intégrité de la personne ou à la vie.

« Pour une personne physique ou morale le fait de causer à autrui, par maladresse, imprudence, négligence, manquement de façon délibérée à une obligation de sécurité ou de prudence imposée par la loi ou les règlements, une incapacité ou la mort entraîne des conséquences pénales (amendes, emprisonnement) »

Circulaire CNAMTS 53/2007 du 3 décembre 2007 : « Modifications techniques, administratives et organisationnelles en SST »



Formation à la réanimation cardio-pulmonaire

Objectifs :

Savoir reconnaître une victime en arrêt cardio-ventilatoire, apprendre et/ou perfectionner les connaissances essentielles pour pratiquer une réanimation cardio-pulmonaire et mettre en place un Défibrillateur Automatisé Externe dans des conditions de sécurité optimales et ainsi optimiser les chances de réanimation par une équipe médicale, intégrer l'utilisation du défibrillateur au matériel de secours d'urgence et la prévention des risques professionnels.

Programme :

⇒ **Théorie**

- ◆ La fibrillation : définition, historique, objectifs
- ◆ L'arrêt cardiaque : définition, causes, signes, conduite à tenir
- ◆ La défibrillation : définition et principe de fonctionnement, danger et précaution pour le personnel et les patients
- ◆ La défibrillation précoce : son intérêt dans la chaîne de survie, prise en charge de l'arrêt cardiaque
- ◆ Cadre réglementaire
- ◆ Le défibrillateur : présentation et description du matériel et principe de fonctionnement, modalités de mise en œuvre, entretien... (mise en œuvre de techniques de réanimation intégrant le matériel spécifique, sécurité et maintenance)

⇒ **Pratique**

- ◆ Identification d'un arrêt cardio-ventilatoire
- ◆ Mise en œuvre de l'appareil, procédures et exercices pratiques
- ◆ Manœuvre de réanimation seul et à deux sauveteurs
- ◆ Recueil de l'historique et analyse de la manipulation

Les mises en situation sont effectuées par une mise en place de thème incluant les spécificités de l'entreprise et un ensemble de matériel pédagogique. L'ensemble des techniques et conduites à tenir est strictement conforme aux dernières directives en matière de gestes d'urgence et de réanimation cardio-pulmonaire.

Utilisation de différents défibrillateurs et présentation du défibrillateur de l'entreprise si existants.

Validation :

Attestation individuelle de formation.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
4 heures	10 maximum	Tout public	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	700 € HT par groupe, soit 10 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Code pénal : section II art. 222-6, 222-19, 222-21 : Atteintes involontaires à l'intégrité de la personne ou à la vie. « Pour une personne physique ou morale le fait de causer à autrui, par maladresse, imprudence, négligence, manquement de façon délibérée à une obligation de sécurité ou de prudence imposée par la loi ou les règlements, une incapacité ou la mort entraîne des conséquences pénales (amendes, emprisonnement) » **Décret n°2007-705 du 4 mai 2007** relatif à l'utilisation des défibrillateurs automatisés externes par des personnes non médecins et modifiant le code de la santé publique (dispositions réglementaires) **Art. R.6311-15** Toute personne, même non médecin, est habilitée à utiliser un défibrillateur automatisé externe répondant aux caractéristiques définies à l'article R.6311-14.



Secourisme et prévention aux jeunes enfants MD1

Objectif :

Maîtriser le cadre juridique entourant la prise en charge d'un enfant malade ou blessé, connaître et prévenir les risques d'accidents liés aux jeunes enfants, savoir faire intervenir les secours spécialisés, savoir effectuer les premiers gestes de secours aux jeunes enfants.

Programme :

- ⇒ Les statistiques
- ⇒ La prévention des risques en structure : précautions particulières, interdictions
- ⇒ Le cadre légal (responsabilités et cadre juridique)
- ⇒ Faire intervenir les secours spécialisés : **la chaîne des secours, les numéros d'appel, l'alerte**
- ⇒ Comment réagir immédiatement face à : un étouffement, une brûlure thermique ou chimique externe, une hémorragie, **une ingestion de produit chimique, une chute, un choc allergique, une crise d'asthme, une intoxication, un arrêt cardio-respiratoire, une électrisation, un coup de chaleur.**
- ⇒ Mise en pratique / Cas concret
- ⇒ Bilan de la formation

Validation :

Remise d'un livret à chaque stagiaire et attestation individuelle de formation.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	10 maximum	Maître, enseignant de crèche, animateur de centre de loisirs...	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	760 € HT par groupe, soit 76 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Code pénal : Art. 223-6 « Quiconque pouvant empêcher par son action immédiate, sans risque pour lui ou pour les tiers, soit un crime, soit un délit contre l'intégrité corporelle de la personne s'abstient volontairement de le faire est puni de cinq ans d'emprisonnement et de 75000 euros d'amende ». « Sera puni des mêmes peines quiconque s'abstient volontairement de porter à une personne en péril l'assistance que, sans risque pour lui ou pour les tiers, il pouvait lui prêter soit par son action personnelle, soit en provoquant un secours ».

Code pénal : section II art. 222-6, 222-19, 222-21 : Atteintes involontaires à l'intégrité de la personne ou à la vie.

« Pour une personne physique ou morale le fait de causer à autrui, par maladresse, imprudence, négligence, manquement de façon délibérée à une obligation de sécurité ou de prudence imposée par la loi ou les règlements, une incapacité ou la mort entraîne des conséquences pénales (amendes, emprisonnement) »



Guides des bonnes pratiques de l'hygiène des restaurateurs (H.A.C.C.P.)

Descriptif :

- ⇒ Plan de nettoyage et de désinfection : application à l'entreprise (matériel et produits utilisés)
- ⇒ Utilisation des documents de contrôle : relevé des températures froid + et froid -, relevé des températures en cuisson, en refroidissement et en service, fiche réception, marchandises, surveillance friture

Programme :

Module 1 – Contexte réglementaire (2 heures) :

Directive Européenne 93/43 (une nouvelle approche réglementaire) et Arrêté du 9 mai 1995.

- ⇒ La méthode H.A.C.C.P. adaptée au G.B.P.H.R.
- ⇒ Rédaction des documents de contrôle
- ⇒ Eléments simples de surveillance

Module 2 – Identification des risques liés à la microbiologie alimentaire (2 heures) :

- ⇒ Qu'est-ce qu'un micro-organisme ?
- ⇒ Multiplication des bactéries / Conditions de développement des bactéries
- ⇒ Les principales maladies alimentaires d'origine microbienne
- ⇒ La prophylaxie

Module 3 – Les 10 points-clés de l'hygiène alimentaire (4 heures) :

- ⇒ Hygiène des manipulateurs
- ⇒ Nettoyage et désinfection
- ⇒ Organisation du travail

Module 4 – Formation en entreprise (4 heures) :

- ⇒ Plan de nettoyage et de désinfection
- ⇒ Utilisation des documents de contrôle
- ⇒ Application pratique de diverses méthodes H.A.C.C.P.
- ⇒ Utilisation de la lame gélosée, rangement rationnel du stockage, étiquetage et réétiquetage des produits

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	12 maximum	Tous les personnels en rapport avec les aliments frais, que ce soit la restauration, les bouchers, la préparation agro-alimentaire....	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	1 700 € HT par groupe, soit 142 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Rappel de la législation

Directive Européenne 93/43 (une nouvelle approche réglementaire) et arrêté du 9 mai 1995. « Paquet hygiène » :

Règlement CE n° 178/2002 - Règlement CE n° 1831/2003 - Règlement CE n° 853/2004 - Règlement CE n° 853/2004 - Règlement CE n° 882/2004—Règlement CE n° 854/2004



Les habilitations électriques sont définies par des lettres et des chiffres

Signification des lettres et des chiffres :

La première lettre indique le domaine de tension

B : Basse tension
H : Haute tension

Le chiffre indique le niveau d'autonomie et de responsabilité du titulaire

0 : Non électricien exécutant
1 : Électricien exécutant
2 : Chargé de travaux

La seconde lettre indique la nature ou le lieu de l'opération à réaliser

V : Travaille au voisinage
C : Consignation
R : Intervention
S : Petite intervention prédéterminée réalisée sous consigne (Région Centre)



Habilitation électrique du personnel non électricien « B0-H0 »

Objectif :

Connaître les dangers de l'électricité, être capable de mettre en œuvre les méthodes et procédures permettant d'effectuer des opérations d'ordre non électrique dans les locaux réservés aux électriciens dans les meilleures conditions de sécurité.

Programme :

- ⇒ Notions élémentaires d'électricité
- ⇒ Effets du courant électrique sur le corps humain
- ⇒ Analyse des mesures de protection contre les chocs électriques
- ⇒ Analyse générale des règles de sécurité décrites dans la norme NF- C-18-510 :
 - ◆ Domaines de tension - **Zones d'environnement**
 - ◆ Habilitation
 - ◆ Rôle des différents intervenants
 - ◆ Mesures de sécurité dans la zone au voisinage de la tension
- ⇒ Principales opérations concernées :
 - ◆ Travaux non électriques
 - ◆ Surveillance de sécurité
 - ◆ Matériel de protection individuel et collectif
 - ◆ Incidents sur les installations électriques : Incendies – Extincteurs et dispositions à prendre en cas d'incident ou d'accident d'origine électrique
- ⇒ Exemples et analyses d'accidents liés à l'électricité
- ⇒ Évaluation des acquis

Afin de mieux répondre aux besoins des stagiaires, l'animateur peut apporter de légères modifications au programme de cette formation

Validation :

Niveau de l'action : BO – HO (V) / Un livret est remis à chaque stagiaire

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	12 maximum	Personnes non électriciens appelées à évoluer dans un environnement électrique sous basse et/ou haute tension	Consultant en sécurité	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 100 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Rappel de la législation

L'article R4544-10 du Code du Travail, précise que «l'employeur délivre, maintient ou renouvelle l'habilitation selon les modalités contenues dans les normes mentionnées à l'article R. 4544-3.

L'employeur remet à chaque travailleur un carnet de prescriptions établi sur la base des prescriptions pertinentes de ces normes, complété, le cas échéant, par des instructions de sécurité particulières au travail effectué». La formation des personnels à l'habilitation électrique et le carnet de prescription de l'UTE sont obligatoires depuis le 1er juillet 2011



Habilitation électrique du personnel électricien « BR-H0 »

Objectif :

Connaître les méthodes et procédures à mettre en œuvre pour intervenir sur les installations électriques et équipements dans les meilleures conditions de sécurité et de continuité de service.

Programme :

- ⇒ Rappels théoriques et définitions préliminaires
- ⇒ Effets du courant électrique sur le corps humain
- ⇒ Analyse des mesures de protection contre les chocs électriques
- ⇒ Protection contre les contacts indirects en basse tension
- ⇒ Analyse générale des règles de sécurité décrites dans la norme NF - C-18-510 :
 - ◆ Habilitation
 - ◆ Consignation pour intervention et pour travaux
 - ◆ **Les opérations en l'absence de danger d'ordre électrique**
 - ◆ Interventions en BT : dépannage, connexion avec présence de tension en BTA, remplacement des fusibles (rappel sur les fusibles), remplacement des lampes
- ⇒ Opérations particulières à certains ouvrages
- ⇒ Incidents sur les installations électriques :
 - ◆ Incendies - Extincteurs
 - ◆ **Dispositions à prendre en cas d'incident ou d'accident d'origine électrique**
- ⇒ Matériel de protection individuel et collectif - Outillage électrique
- ⇒ Identification et repérage dans les installations électriques
- ⇒ **Exemples et analyses d'accidents liés à l'électricité**
- ⇒ Manipulations pratiques sur site
- ⇒ Évaluation des acquis

Afin de mieux répondre aux besoins des stagiaires, l'animateur peut apporter de légères modifications au programme de cette formation.

Validation :

Niveau de l'action : B1 (V), B2 (V), BE (tous attributs), BR, BC, H0 (V) / Un livret est remis à chaque stagiaire.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	10 maximum	Personnes chargés des opérations courantes et spécifiques d'entretien et de maintenance des installations électriques à basse tension	Un électricien	Intra-entreprise	2 400 € HT par groupe, soit 240 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

L'article R4544-10 du Code du Travail, précise que «l'employeur délivre, maintient ou renouvelle l'habilitation selon les modalités contenues dans les normes mentionnées à l'article R. 4544-3. L'employeur remet à chaque travailleur un carnet de prescriptions établi sur la base des prescriptions pertinentes de ces normes, complété, le cas échéant, par des instructions de sécurité particulières au travail effectué». La formation des personnels à l'habilitation électrique et le carnet de prescription de l'UTE sont obligatoires depuis le 1er juillet 2011



Habilitation électrique du personnel non électricien « BS-H0 »

Objectif :

Connaître les dangers de l'électricité, être capable de mettre en œuvre les méthodes et procédures permettant d'effectuer certaines opérations à proximité d'installations électriques sous tension dans les meilleures conditions de sécurité.

Programme :

- ⇒ Notions élémentaires d'électricité
- ⇒ Effets du courant électrique sur le corps humain
- ⇒ Analyse des mesures de protection contre les chocs électriques
- ⇒ Analyse générale des règles de sécurité décrites dans la norme NF- C-18-510 :
 - ◆ Domaines de tension - **Zones d'environnement**
 - ◆ Consignation /Mise hors tension pour intervention
 - ◆ Habilitation
 - ◆ Rôle des différents intervenants
 - ◆ Mesures de sécurité dans la zone au voisinage de la tension
 - ◆ Principales opérations concernées : remplacement des lampes et des fusibles, travaux ne modifiant pas sensiblement le schéma électrique de l'installation
- ⇒ Matériel de protection individuel et collectif
- ⇒ Outillage électrique
- ⇒ Incidents sur les installations électriques :
 - ◆ Incendies – Extincteurs
 - ◆ Dispositions à prendre en cas d'incident ou d'accident d'origine électrique
- ⇒ Exemples et analyses d'accidents liés à l'électricité
- ⇒ Évaluation des acquis

A fin de mieux répondre aux besoins des stagiaires, l'animateur peut apporter de légères modifications au programme de cette formation

Validation :

Niveau de l'action : BS – HO (V) / Un livret est remis à chaque stagiaire.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	12 maximum	Personnel non-électricien appelé à effectuer des opérations simples sur les installations électriques nécessitant la mise hors tension de circuits et remplacement d'éléments terminaux	Un électricien	Intra-entreprise	2 400 € HT par groupe, soit 200 € HT par stagiaire pour un groupe de 12 personnes

Rappel de la législation

L'article R4544-10 du Code du Travail, précise que «l'employeur délivre, maintient ou renouvelle l'habilitation selon les modalités contenues dans les normes mentionnées à l'article R. 4544-3.

L'employeur remet à chaque travailleur un carnet de prescriptions établi sur la base des prescriptions pertinentes de ces normes, complété, le cas échéant, par des instructions de sécurité particulières au travail effectué». La formation des personnels à l'habilitation électrique et le carnet de prescription de l'UTE sont obligatoires depuis le 1er juillet 2011



Habilitation électrique du complément haute tension « HC »

Objectif :

Connaître les méthodes et procédures à mettre en œuvre pour intervenir sur les équipements HTA dans les meilleures conditions de sécurité et de continuité de service.

Programme :

En salle:

- ⇒ La haute tension
 - ◆ Domaines
 - ◆ Type de distribution en HTA : (simple dérivation / coupure d'artère / double dérivation)
 - ◆ Composition d'un poste de livraison et/ou de transformation
 - ◆ Technologies : des cellules, des transformateurs
 - ◆ Protections et comptage en HTA
 - ◆ Les dispositifs de verrouillage : types de verrouillage (coordination, verrouillage d'accès), réalisation des verrouillages (mécanique, clés, boîtes à clés...), représentation
 - ◆ La logique de manœuvre
 - ◆ Les consignes
 - ◆ Les zones de voisinage DMA, DLV
 - ◆ Révision de la consignation, procédure et documents à établir

Sur site:

- ⇒ Matériel de protection individuel et collectif
 - ◆ Liste des équipements nécessaires avant toute manœuvre
 - ◆ Vérification des EPI
 - ◆ Reconnaissance des différents éléments
- ⇒ Manipulations pratiques sur site : consignation complète depuis la livraison
- ⇒ Les différentes opérations possibles :
 - ◆ Remplacement de fusibles
 - ◆ Basculement Cellule Travail/Cellule Secours : interventions sur le transformateur et réarmement
- ⇒ Évaluation des acquis

Pré-requis :

Avoir suivi une formation initiale ou de recyclage en Basse Tension dans l'année.

Validation :

Niveau de l'action : H1(V), H2(V), HE (tous attributs), HC / Un livret est remis à chaque stagiaire.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	8 maximum	Personnel chargé des manœuvres et des opérations courantes d'entretien et de vérification des installations électriques à haute tension (remplacement des fusibles HT)	Un électricien	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 150 € HT par stagiaire pour un groupe de 8 personnes

Rappel de la législation

L'article R4544-10 du Code du Travail, précise que «l'employeur délivre, maintient ou renouvelle l'habilitation selon les modalités contenues dans les normes mentionnées à l'article R. 4544-3.L'employeur remet à chaque travailleur un carnet de prescriptions établi sur la base des prescriptions pertinentes de ces normes, complété, le cas échéant, par des instructions de sécurité particulières au travail effectué». La formation des personnels à l'habilitation électrique et le carnet de prescription de l'UTE sont obligatoires depuis le 1er juillet 2011.



Recyclage du personnel habilitation basse tension « RBR »

Objectif :

Mise à jour des connaissances permettant d'opérer sur des installations électriques afin de pouvoir accomplir des tâches différentes de celles pour lesquelles l'habilitation initiale avait été délivrée.

Programme :

- ⇒ Rappel rapide des règles de sécurité décrite dans la publication UTE C 18-510
- ⇒ Mise à jour des connaissances en fonction :
 - ◆ Des nouveaux textes parus
 - ◆ Des nouveaux équipements apparus sur le marché
- ⇒ Examen des difficultés rencontrées lors de l'application des règles de sécurité, avec les différents participants habilités
- ⇒ Exemples d'accidents d'origine électrique avec analyse des causes et étude des mesures de sécurité susceptibles d'éviter ces accidents
- ⇒ Évaluation des acquis

Pré-requis :

Personnel habilité au niveau B0 (V), B1 (V), BR (limité), H0 depuis trois ans au plus/

Validation :

Niveau de l'action : à définir / Un livret est remis à chaque stagiaire.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2 journées	10 maximum	Personnel déjà Habilité, chargé des opérations courantes d'entretien et de maintenance des installations électriques à basse tension.	Un électricien	Intra-entreprise	2 400 € HT par groupe, soit 240 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

L'article R4544-10 du Code du Travail, précise que «l'employeur délivre, maintien ou renouvelle l'habilitation selon les modalités contenues dans les normes mentionnées à l'article R. 4544-3. L'employeur remet à chaque travailleur un carnet de prescriptions établi sur la base des prescriptions pertinentes de ces normes, complété, le cas échéant, par des instructions de sécurité particulières au travail effectué». La formation des personnels à l'habilitation électrique et le carnet de prescription de l'UTE sont obligatoires depuis le 1er juillet 2011.



Habilitation électrique du personnel électricien « B1V - B2V - BP - BC »

Objectif :

Sensibiliser les participants aux dangers du courant électrique, connaître les méthodes et procédures à mettre en œuvre pour intervenir sur les installations électriques et équipements dans les meilleures conditions de sécurité.

Programme :

- ⇒ Notions élémentaires d'électricité
- ⇒ Effets du courant électrique sur le corps humain
- ⇒ Analyse des mesures de protection contre les chocs électriques
- ⇒ Analyse générale des règles de sécurité décrites dans la norme NF- C-18-510 :
 - ◆ Domaines de tension - **Zones d'environnement**
 - ◆ Habilitation
 - ◆ Rôle des différents intervenants
 - ◆ Mesures de sécurité dans la zone au voisinage de la tension
 - ◆ Principales opérations concernées : travaux non électriques, surveillance de sécurité et consignation
 - ◆ Identification de l'installation électrique et séparation de l'alimentation
 - ◆ Condamnation des organes de commande et vérification d'absence de tension
- ⇒ Rôle et responsabilités
 - ◆ Identification de l'installation électrique et séparation de l'alimentation
 - ◆ Condamnation des organes de commande
- ⇒ Opération de raccordement des installations photovoltaïque
- ⇒ Manipulations pratiques
- ⇒ Évaluation des acquis

Afin de mieux répondre aux besoins des stagiaires, l'animateur peut apporter de légères modifications au programme de cette formation.

Validation :

Niveau de l'action : B1-B2-BR-BP-BC* / Le niveau d'habilitation est déterminé par le formateur en accord avec l'entreprise et selon la qualification et le niveau du stagiaire. Un livret est remis à chaque stagiaire.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
1 journée	6 maximum	Chargés des opérations courantes d'entretien et de maintenance des installations électriques à basse tension	Un électricien	Intra-entreprise	1 200 € HT par groupe, soit 600 € HT par stagiaire pour un groupe de 6 personnes

Rappel de la législation

L'article R4544-10 du Code du Travail, précise que «l'employeur délivre, maintient ou renouvelle l'habilitation selon les modalités contenues dans les normes mentionnées à l'article R. 4544-3. L'employeur remet à chaque travailleur un carnet de prescriptions établi sur la base des prescriptions pertinentes de ces normes, complété, le cas échéant, par des instructions de sécurité particulières au travail effectué». La formation des personnels à l'habilitation électrique et le carnet de prescription de l'UTE sont obligatoires depuis le 1er juillet 2011.



Sécurité et prévention en milieu routier

Objectif :

Connaître la réglementation en vigueur en matière de prévention routière, comprendre les facteurs menant à un accident de la circulation et sensibiliser aux causes et conséquences d'un accident, adapter le comportement lors de la conduite d'un véhicule, être capable d'intervenir immédiatement et efficacement en présence d'une ou de plusieurs victimes d'un accident de la circulation.

Programme :

Cette formation conjugue théorie et exercices pratiques. Le but est d'amener une réflexion sur le comportement de chacun au volant. Le programme de la formation est composé d'un module « tronc commun » puis de différents modules afin de sensibiliser au mieux les stagiaires. Les durées de ces modules sont données à titre indicatif, et de nouveaux modules peuvent être créés.

1^{er} module : « Tronc commun »

⇒ Partie n°1 : Police de la route (Durée : 1h30)

- ◆ Code de la route, code de police, code judiciaire
- ◆ Catégorisation des infractions routières : PV, degrés de contravention, amendes de 1 à 5 classes, délits (peines encourues)
- ◆ Permis à point
- ◆ Code de procédure routière, code pénal, tribunal de police et suivi juridique, contestation
- ◆ Utilisation des accessoires : téléphones, GPS, tuning (vidéo, sono)

⇒ Partie n°2 : Usage des produits illicites, alcool et cannabis (Durée : 1h30)

- ◆ Consommation et processus d'élimination
- ◆ Appareils de mesure et de contrôle
- ◆ Procédure policière de contrôle et verbalisation
- ◆ Acuité visuelle, fatigue
- ◆ Vigilance médicamenteuse
- ◆ Test américain

⇒ Partie n°3 : Accidentologie (Durée : 1h30)

- ◆ Les chiffres de l'insécurité routière
- ◆ Conséquences de l'accidentologie dans le domaine professionnel (témoignage, Hôpital de Garches)
- ◆ Vitesse et accidents, présentation des radars fixes et mobiles
- ◆ Le champ de vision
- ◆ Les dispositifs de sécurité actifs et passifs
- ◆ Port de la ceinture de sécurité, sièges enfants

2^{ème} module : Prévention des accidents (Module pratique – durée : 1h30)

- ⇒ Avant de prendre la route (vérification technique du véhicule, des amortisseurs et des pneumatiques)
- ⇒ Adaptation de la conduite (intempéries, nuit, endormissement)
- ⇒ Le corps humain (fragilité, lésions et traumatismes)
- ⇒ **Sur les lieux de l'accident** : protéger, alerter, secourir

3^{ème} module : Le constat amiable (Durée : 1 heure)

- ⇒ Présentation du constat, la part de responsabilité
- ⇒ Comment bien le renseigner ?
- ⇒ Exercice pratique à partir d'une vidéo



Suite ...

4^{ème} module : Agir face à un début d'incendie de véhicule (Durée : 2 heures)

- ⇒ Les feux de véhicules
- ⇒ Les causes
- ⇒ Les mécanismes
- ⇒ Les classes de feu
- ⇒ Les modes de propagation
- ⇒ Les procédés d'extinction
- ⇒ Pratique
- ⇒ *Les feux sont réalisés à l'aide d'un générateur de flamme à gaz, ils sont sans danger pour les stagiaires, totalement sécurisés et propres.*

5^{ème} module : Agir et secourir à une victime consciente (Durée : 2 heures)

- ⇒ Accéder à une victime dans un véhicule ou l'extraire du véhicule
- ⇒ Les précautions à prendre, les airbags, les véhicules GPL ou hybrides, les dégagements d'urgence...
- ⇒ Apprécier les signes de détresse vitale
- ⇒ Retrait du casque seul, bilan vital...
- ⇒ Agir sur une victime présentant une hémorragie visible dans un véhicule
- ⇒ Pansement compressif, garrot...

6^{ème} module : Agir et secourir à une victime inconsciente (Durée : 2 heures)

- ⇒ Agir devant une victime inconsciente qui ventile
- ⇒ Victime inconsciente dans le véhicule, hors d'un habitacle ou percutée...
- ⇒ Agir devant une victime présentant plusieurs atteintes de fonctions vitales
- ⇒ Arrêt cardio-ventilatoire

7^{ème} module : Maîtrise de son véhicule (Durée : 1 heure)

- ⇒ Mises en situation sur véhicule de société avec espace dégagé

Validation :

Remise d'un livret à chaque stagiaire et attestation individuelle de formation.

Durée	Nombre de participants	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
A définir selon les modules	10 maximum	Principalement destinée aux conducteurs désirant accroître leurs connaissances et compétences face aux risques routiers	Un consultant en santé au travail	Intra-entreprise	4 heures « Tronc commun » 850€ HT par groupe, soit 85 € HT par stagiaire 7 heures « Approfondies » 1 200€ HT par groupe, soit 120 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

Le risque routier encouru par les salariés est un risque professionnel qui doit être évalué au même titre que les autres risques (**obligation renforcée par le décret du 5 novembre 2001** qui oblige les entreprises à établir un document unique). Le code du travail pose les principes généraux de prévention (cette approche apparaît dans l'article L.4121-1 du code du travail applicables pour développer une démarche de prévention et définir des plans d'actions).

Code du travail : Art.L.4121-1 L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs. Ces mesures comprennent :

1° des actions de prévention des risques professionnels

2° Des actions d'information et de formation

3° La mise en place d'une organisation et de moyens adaptés

L'employeur veille à l'adaptation de ces mesures pour tenir compte du changement des circonstances et tendre à l'amélioration des situations existantes

**4, Cité Paradis
75010 Paris, France
Tél. : 01.44.09.70.44
Contact : Marjorie Dumont - Crisolago
md@preventech.net**