

CATALOGUE

2025



Qualiopi
processus certifié

REPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

LES FORMATIONS



Savoir prévenir et résoudre les conflits

Transformer le conflit en opportunité.



Déroulement

Qu'est-ce qu'un conflit ?

- Différencier un problème d'un conflit.
- Définitions et exemples.
- Indicateurs de conflits.

Objectifs

- Intégrer les mécanismes du conflit et identifier les situations.
- Reconnaître les signes avant-coureur d'un conflit naissant.
- Adapter votre communication pour prévenir les conflits.
- Associer et impliquer votre interlocuteur dans la résolution de problèmes.
- Conduire une négociation de sortie de conflit acceptable par tous.

Public et pré-requis

- Toute personne amenée à gérer un conflit dans son univers professionnel ou désireuse d'améliorer sa démarche de communication (manager, personnel de service RH, membre du CSE, dirigeant...).
- Sans pré-requis.
- 10 personnes maximum.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Un questionnaire de positionnement est envoyé avant la formation.
- Interrogatives avec Kahoot et quizz.
- Expositives avec diaporama et vidéos.
- Applicatives avec des exercices et jeux de rôle.

Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation.
- Chaque participant se verra remettre un livret ainsi qu'une clé USB.

Conséquences

- Mécanisme du stress et signaux (faibles et pathologies).
- Sur le collectif de travail (désorganisation et coûts associés).
- Niveaux de responsabilité des acteurs, du manager et de l'employeur.

Fonctionnement d'un conflit

- Différents profils et stratégies des acteurs.
- Principales causes.
- Schéma de l'escalade des conflits.

Adopter les bons comportements

- Faire exprimer les sentiments des parties.
- Différencier un jugement, une interprétation et un fait.
- Adopter une attitude basée sur les techniques de médiation lors d'entretiens.
- Bases en technique de Communication Non Violente (CNV).
- Différencier autorité, arbitrage et régulation.
- La posture managériale face à des personnalités "difficiles".
- Rechercher des solutions gagnant gagnant avec un engagement des parties.
- Mise en place d'un plan d'action réaliste et le suivre.

Délai et modalités d'accès

- Durée : 14 h / 2 jours.
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu qui doit être accessible aux PMR.

Prévention des addictions en entreprise ou en collectivité



Objectifs

- Savoir définir quels sont les produits psychotropes et les différentes addictions..
- Déterminer les risques et les conséquences d'une addiction en milieu professionnel.
- Appréhender la réglementation et les responsabilités de l'employeur en matière de santé et sécurité au travail.
- Comment agir lorsque l'on est confronté à une situation potentielle de conduite addictive au travail ?

Public et Pré-requis

- Tout salarié, membre du CSE et manager. Groupe de 10 personnes max.
- Aucun pré-requis.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporama participatif,
- vidéos applicatives avec des lunettes de simulation et des tests.

Durée et modalités :

- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu.
- Formation adaptée et accessible aux PMR.

Thèmes abordés

Les différents types de comportements addictifs :

- Les origines, l'usage et les effets.
- Les substances psychoactives : tabac, alcool, médicaments et stupéfiants.
- Les troubles du comportement : jeux d'argent, alimentation, sexualité, achats compulsifs.
- Les nouvelles formes d'addictions liées à l'électronique : smartphone, jeux vidéos, réseaux sociaux.

Définition d'un produit psychotrope

- Les produits qui peuvent entraîner une addiction.

Les risques et les conséquences d'une addiction

- Sur son activité professionnelle.
- Sur ses relations.
- Sur son organisation et dans son quotidien :santé, sécurité, etc.

Le cadre réglementaire

- Que dit-il sur les addictions et leur prévention ?
- Quelles sont les responsabilités de l'employeur et celles du salarié (Art. 4121 et 4122).
- Retour sur le règlement intérieur et la position de l'entreprise ou de la collectivité.

Comment agir

- Prévenir, comprendre et intervenir auprès d'un collègue en difficulté et faire le point sur les réseaux d'aide.

Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation et un support.

Référent en matière de lutte contre les violences internes

Depuis le 1er janvier 2019, en application de l'article 105 de la loi Avenir professionnel du 5 septembre 2018, le CSE doit désigner parmi ses membres un référent harcèlement sexuel. Un référent RH est également désigné dans les entreprises de plus de 250 salariés.



Objectifs

- Comprendre les enjeux de la prévention du harcèlement.
- S'appropriier le cadre réglementaire.
- Reconnaître les signaux d'alerte, accueillir un signalement,
- Evaluer les faits et savoir réagir avec les bons outils.
- Identifier les acteurs de la santé au travail et savoir orienter et accompagner les salariés.

Public et pré-requis

- Membres du CSE ou CSSCT, managers, salariés de service RH et tout particulièrement ceux désignés comme référents "Lutte contre le harcèlement".

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporamas, docs INRS et du ministère du travail, vidéos.
- Actives avec études de cas ou analyse d'une situation réelle.
- Participatives avec des retours d'expériences et jeux de rôle.

Délai et modalités d'accès

- Durée 14 h / 2 jours
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Déroulement

Définitions et statistiques

- Harcèlement moral, sexuel, agressions sexuelles, agissements sexistes, discrimination, de quoi parle-t'on ?
- Situer le harcèlement dans les Risques Psycho-Sociaux et la prévention des risques.

Cadre réglementaire

- Différence entre loi, décrets et jurisprudence.
- Obligations de l'employeur et salariés avec les sanctions possibles.
- Les enjeux financiers, sociétaux et médiatiques.

Identifier un cas de harcèlement

- Les impacts sur l'individu (symptômes et pathologies). Repérer les signaux d'alerte.
- Comment accueillir un signalement ?

Réagir face à un cas

- Procédure à suivre (méthode et outils)
- Rôle des différents acteurs internes et externes
- Adopter la bonne posture lors de l'entretien avec le harceleur et le harcelé potentiel (écoute active, techniques de questionnement pour relater les faits et construire un rapport d'enquête...).

Actions de prévention

- Exemple d'actions de prévention et de communication à réaliser dans l'entreprise (selon 3 niveaux de prévention).
- Règlement intérieur ou charte.



Validation

- La formation sera dispensée par un formateur et consultant en Prévention des Risques Professionnels dont les RPS (Risques Psycho-Sociaux).
- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation et un plan d'action personnalisé.

Dépister les risques psycho-sociaux

Comprendre pour mieux prévenir



Déroulement :

Définitions et statistiques

- Risques Psycho-Sociaux, c'est quoi ?
- Définition de stress, violences internes et externes avec des notions de harcèlement moral, sexuel et discrimination.
- Evolutions de ces 10 dernières années.
- Les acteurs internes et externes.

Enjeux

- Pourquoi les évaluer ?
- Conséquences humaines (sur le salarié et les répercussions sur la structure).
- Conséquences financières (coûts directs et indirects).
- Conséquences juridiques (responsabilités civiles et pénales).
- Obligations du salarié et de l'employeur.

Les signes qui ne trompent pas

- Les indicateurs RH.
- Les situations de travail déclenchantes les plus connues. Symptômes et pathologies.

La démarche

- Mise en place d'une démarche en 5 étapes.
- Outils existants et à créer.
- Identifier les forces et les faiblesses.
- Propositions d'actions correctives en agissant sur les causes. Diagnostic et intégration dans le Document Unique.

Objectifs

- Comprendre le mécanisme des Risques Psycho-Sociaux.
- Choisir les bons leviers et outils pour les évaluer.
- Maîtriser la méthodologie pour engager une démarche de prévention collective.

Public et Pré-requis

- Tout dirigeant, service RH, membre du CSE, participant au groupe de travail RPS, sans pré-requis.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Un questionnaire de positionnement est envoyé avant la formation
- Expositives avec diaporamas, docs INRS, photos et vidéos.
- Actives avec exercices pratiques et exemple de diagnostic.
- Participatives lors d'échange de pratiques.

Délai et modalités d'accès

- Durée 14 h / 2 jours
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- La formation sera dispensée par un formateur et consultant en Prévention des Risques Professionnels dont les RPS (Risques Psycho-Sociaux) enregistré en tant qu'IPRP à la DREETS
- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation, un plan d'action personnalisé, un livret et une clef USB



Dépister les risques psycho-sociaux

Le manager, un maillon indispensable



Déroulement :

Définitions et statistiques

- Risques Psycho-Sociaux, définition et contexte.
- Définition de stress, violences internes et externes avec des notions de harcèlement moral, sexuel et discrimination.
- Évolutions de ces 10 dernières années.
- Rôle des acteurs internes et externes.

Enjeux

- Pourquoi les évaluer ?
- Conséquences humaines (sur le salarié et les répercussions sur la structure).
- Conséquences financières (coûts directs et indirects).
- Conséquences juridiques (responsabilités civiles et pénales).
- Obligations du salarié et de l'employeur.

Les signes qui ne trompent pas

- Les indicateurs RH.
- Les situations de travail déclenchantes les plus connues (26 facteurs de risque Gollac).
- Symptômes et pathologies (signaux faibles et forts).

La démarche et les outils

- Les différentes étapes d'une démarche de prévention.
- Outils existants et à créer (gestion des ENS).
- Identifier les contraintes et les ressources dans son service. Propositions d'actions correctives en agissant sur les causes. La posture managériale face à des personnalités "difficiles".

Objectifs

- Comprendre le mécanisme des Risques Psycho-Sociaux.
- Choisir les bons leviers et outils pour les évaluer.
- Maîtriser la méthodologie pour engager une démarche de prévention collective.

Public et Pré-requis

- Tout manager sans pré-requis. 10 pers. max.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Un questionnaire de positionnement est envoyé avant la formation
- Expositives avec diaporamas, docs INRS, photos et vidéos.
- Actives avec exercices pratiques et exemple de diagnostic.
- Participatives lors d'échange de pratiques.

Délai et modalités d'accès

- Durée 14 h / 2 jours
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- La formation sera dispensée par un formateur et consultant en Prévention des Risques Professionnels dont les RPS (Risques Psycho-Sociaux) enregistré en tant qu'IPRP à la DREETS
- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation, un plan d'action personnalisé, un livret et une clef USB

Prévenir les Risques Psycho-Sociaux

Méthode et outils pour les groupes de travail



Déroulement et thèmes abordés :

Définitions, notions importantes et contexte

- Les risques Psycho-Sociaux dans la démarche de prévention. Définition de stress, violences internes et externes.
- Cadre juridique de la prévention des RPS.

Enjeux d'une évaluation des RPS

- Pourquoi les évaluer ?
- Conséquences humaines (sur le salarié et les répercussions sur la structure).
- Conséquences financières (coûts directs et indirects).
- Conséquences juridiques (responsabilités civiles et pénales).

Les indicateurs et facteurs de risque

- Pré-diagnostic et les indicateurs RH.
- Les six grandes familles de risques selon le rapport Gollac. Symptômes et pathologies associés.

La méthodologie

- Les différentes étapes d'une démarche de prévention.
- Les principaux questionnaires (INRS, KARAZEC, SIEGRIST)...
- Analyse des causes et recherche de solutions selon les 3 niveaux de prévention.
- Rôle du groupe de travail et des autres acteurs.

Objectifs

- Identifier le cadre juridique et les enjeux d'une évaluation des RPS.
- S'appropriier le vocabulaire des RPS et les facteurs de risque.
- Maîtriser la méthodologie pour engager une démarche de prévention collective.

Public et Pré-requis

- Tout dirigeant, manager, service RH, membre du CSE, participants au groupe de travail RPS, sans pré-requis.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporamas, docs INRS.
- Actives avec exercices pratiques pour la découverte des facteurs de risque.
- Participatives lors d'échange de pratiques.

Délai et modalités d'accès

- Durée 7 h / 1 jour
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- La formation sera dispensée par un formateur et consultant en prévention des risques Psycho-Sociaux certifié et enregistré en tant qu'IPRP auprès de la DREETS.
- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation et un livret.

Développer une meilleure gestion du stress dans le milieu professionnel



Objectifs

- A l'issue de la formation, vous serez capable de :
- Identifier les mécanismes du stress.
- Pratiquer des techniques simples et adaptées à la gestion des émotions.
- Connaître son fonctionnement et faire émerger ses propres ressources pour faire face à des situations stressantes de travail.

Public et pré-requis

- Toute personne souhaitant acquérir des méthodes applicables dans son quotidien professionnel pour une meilleure autonomie dans la gestion du stress.
- 10 personnes maximum, sans pré-requis.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Un questionnaire de positionnement est envoyé avant la formation.
- Pédagogie participative et active.
- Exemples concrets et partage d'expériences.
- Des travaux en sous-groupe.
- Des techniques de relaxation adaptées au milieu professionnel.
- Forum ouvert, photo langage, carte mentale, test.

Délai et modalités d'accès

- Durée 7 h / 1 jour
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- La formation sera dispensée par un formateur en développement personnel .
- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation avec validation des compétences acquises

Déroulement

Échanger sur les expériences professionnelles de chacun

- Relever les sources de stress.
- Définir des situations professionnelles désagréables. Création d'un journal de bord personnalisé et adapté.

Acquérir des connaissances et des outils en faveur du bien-être au travail

- Découvrir le fonctionnement du cerveau émotionnel.
- Connaître la palette des émotions et des besoins.
- Apprendre à s'observer pour être acteur de solutions.
- Utiliser des méthodes de relaxation pour plus de sérénité.
- Expérimenter un nouveau point de vue afin de faire évoluer des situations professionnelles difficiles.

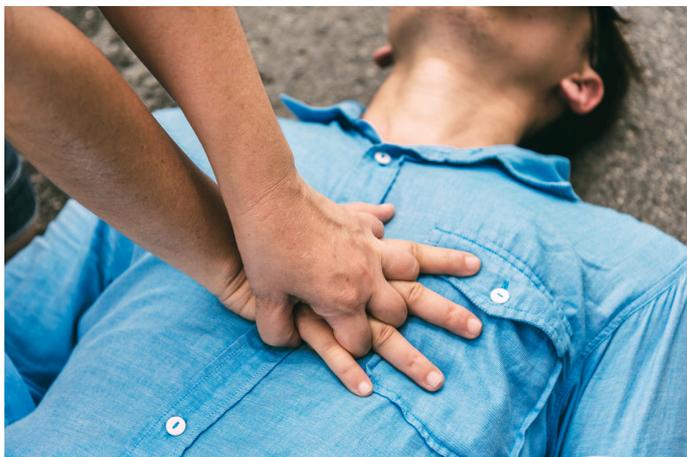
Développer la confiance en soi pour augmenter sa qualité de vie au travail

- Repérer ses forces de caractère.
- Utiliser la visualisation positive pour être plus apaisé.
- Construire un plan d'action personnel pour augmenter sa qualité de vie professionnelle.
- Stimuler des pensées et des émotions positives.
- Favoriser un environnement et un langage positif.



Devenir Sauveteur Secouriste du Travail

De la prévention aux gestes qui sauvent



Objectifs

- Intervenir efficacement face à une situation d'accident.
- Mettre en application ses compétences au profit de la santé et sécurité au travail dans le respect de l'organisation de l'établissement et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention.

Public et pré-requis

- Tout le personnel des établissements publics ou privés, ainsi que les étudiants se destinant à travailler dans un domaine technique ou à risque.
- Groupe de 4 à 10 personnes.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Interrogatives avec études de cas via photos et vidéos.
- Expositives avec diaporama.
- Démonstratives en temps réel et commentées justifiées, puis atelier d'apprentissage.
- Applicatives avec mises en situation personnalisées pour l'évaluation des acquis.

Délai et modalités d'accès

- Durée 14 h / 2 jours
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- Un Certificat de Sauveteur Secouriste du Travail est délivré au stagiaire qui a participé à l'ensemble de la formation et a fait l'objet d'une évaluation favorable.
- Formation continue de 7h obligatoire pour conserver la validité du Certificat durant 24 mois.
- Cette formation est dispensée par un formateur SST certifié par l'INRS et à jour de compétences.

Activités

Thèmes abordés

- Rôle du Sauveteur Secouriste du Travail.
- Notions de prévention des risques professionnels et protection (lien avec le DU).
- Les 4 actions du SST
- De "protéger" à "prévenir".
- Examiner la victime et faire alerter.
- De "faire alerter" à "informer".
- Secourir.

Apprentissage des gestes

- La victime saigne abondamment.
- La victime s'étouffe.
- La victime se plaint d'un malaise.
- La victime se plaint de brûlures.
- La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements.
- La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment.
- La victime ne répond pas mais respire.
- La victime ne répond pas et ne respire pas.

Cas pratiques personnalisés

- Mise en place de cas pratiques spécifiques aux risques professionnels des stagiaires avec du matériel et maquillage de simulation.



Maintenir et Actualiser les Compétences du Sauveteur Secouriste du Travail

De la prévention aux gestes qui sauvent



Objectifs

- Maintenir et actualiser les compétences des Sauveteurs Secouristes du Travail.
- Intervenir efficacement face à une situation d'accident.
- Mettre en application ses compétences au profit de la santé et sécurité au travail dans le respect de l'organisation de l'établissement et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention.

Public et pré-requis

- Tout le personnel détenteur de sa carte SST à jour. Groupe de 4 à 10 personnes.

Méthodes et moyens pédagogiques

- 2 heures de théorie et 5 heures de pratique.
- Interrogatives avec études de cas.
- Applicatives avec mises en situation personnalisées pour l'évaluation des acquis.

Délai et modalités d'accès

- Durée 7 h / 1 jour
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- Un nouveau Certificat de SST sera délivré au stagiaire qui a participé à l'ensemble de la formation et a fait l'objet d'une évaluation favorable. Valable 24 mois.
- Formation continue de 7h obligatoire pour conserver la validité du Certificat.
- Cette formation est dispensée par un formateur SST certifié par l'INRS et à jour de compétences.

Activités

Thèmes abordés

- Rôle du Sauveteur Secouriste du Travail.
- Rappels sur la prévention et la protection.
- Les acteurs de la prévention (prévenir).
- Examiner la victime et faire alerter.
- Risques spécifiques et organisation des secours personnalisés.

Révision et actualisation des gestes

- La victime saigne abondamment.
- La victime s'étouffe.
- La victime se plaint d'un malaise.
- La victime se plaint de brûlures.
- La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements.
- La victime se plaint de d'une plaie qui ne saigne pas abondamment.
- La victime ne répond pas mais respire.
- La victime ne répond pas et ne respire pas.

Cas pratiques personnalisés

- Mise en place de cas pratiques spécifiques aux risques professionnels des stagiaires avec du matériel et maquillage de simulation.



Savoir réagir face à un arrêt cardio-respiratoire avec un défibrillateur

Les bons réflexes à adopter



Objectifs

- Savoir reconnaître une victime en arrêt ventilatoire.
- Savoir passer un message d'alerte efficace.
- Pratiquer la réanimation cardio-pulmonaire.
- Utiliser un défibrillateur en toute sécurité.

Public et pré-requis

- Tout salarié d'une structure équipée d'un défibrillateur.
- Toute personne désirant s'informer sur l'utilisation d'un défibrillateur accessible sur lieu public.
- 10 personnes max.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec supports multimédias.
- Démonstratives avec mannequins, défibrillateurs...
- Applicatives en atelier d'apprentissage.

Délai et modalités d'accès

- Durée 3h
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- Remise d'une attestation de fin de formation et d'un livret.
- Cette formation est dispensée par un formateur SST certifié par l'INRS et à jour de compétences.

Activités

L'arrêt cardio-respiratoire

- Définition.
- Les causes.
- Signes (notion de conscience, LVA et vérification de la respiration).
- Conduite à tenir : AMD (Appeler, Masser, Défibriller).

Alerter

- La chaîne de survie.
- Les numéros d'urgence.
- Le contenu du message d'alerte.

Masser

- Massage cardiaque : technique.
- Cas particuliers : enfants et nourrissons.

Défibriller

- Où trouver des DAE/DSA.
- Composition.
- Mise en œuvre.
- Cas particuliers.

Cas pratiques

- Étude de cas et démonstration.
- Mise en place de cas pratiques avec du matériel.

Lutter contre un départ de feu et évacuer si nécessaire

(Equipier de Première Intervention et Guide et Serre-File) Activités



Théorie

- Consignes générales de sécurité et procédures internes de l'établissement.
- Causes, statistiques et conséquences.
- Schéma d'une intervention et vitesse de propagation d'un feu.
- L'appel aux secours.
- Le triangle du feu.
- Les classes de feux.
- Risque lié aux fumées.
- Ouverture de porte.
- Les moyens d'extinction.
- L'évacuation des bâtiments et le rôle des guides et serre-files.

Pratique

- Manipulation des extincteurs avec le générateur de flammes. Feu de liquide classe B.
- Démonstration des dangers des fumées.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporama participatif, vidéos et extincteurs avec bac à feu.
- Applicatives en salle et sur le parking de l'établissement (prévoir un espace extérieur de 2 places de parking).
- Un exercice d'évacuation sera réalisé à la fin de la formation ou entre 2 sessions et un compte-rendu sera transmis au référent sécurité du site.

Objectifs

- Savoir donner l'alerte aux services de secours.
- Savoir appréhender un départ de feu, en sécurité.
- Comprendre le fonctionnement d'un extincteur et savoir le manipuler.
- Connaître les bases d'une évacuation des bâtiments et les consignes spécifiques de son établissement.

Public et Pré-requis

- Tout public.
- Groupe de 10 personnes max. Aucun pré-requis.

Délai et modalités d'accès

- Durée 3 h (50% pratique, 50% théorique)
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Validation

- Une évaluation des compétences sera faite lors de l'atelier pratique, par des exercices et études de cas réalisées par un formateur incendie
- Remise d'une attestation de fin de formation ainsi qu'un livret.

Equilibre de vie et bien être au travail



Objectifs

- Identifier les besoins fondamentaux pour y répondre
- Mettre du sens sur le parcours professionnel en expérimentant la créativité
- Osez communiquer pour envisager le changement
- Travailler l'image personnelle pour un mieux-être au travail

Public et pré-requis

- Toute personne souhaitant acquérir des méthodes pour mieux se connaître
- 12 personnes maximum.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Un questionnaire de positionnement est envoyé avant la formation.
- Active avec des ateliers pratiques
- Ludique avec des outils innovants
- Applicatives avec des exercices et jeux de rôle
- Quiz.

Délai et modalités d'accès

- Durée : 14 h / 2 jours.
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu qui doit être accessible aux PMR.

Déroulement

- Apprendre à se connaître à partir d'un photo expression sur la connaissance de soi
- Technique de relaxation et de respiration
- Echange sur les situations difficiles et les zones de blocage en milieu professionnel
- Expérimentation du lâcher prise au trvers de l'atelier "je me sens" (Journal créatif)
- L'image intérieur et les besoins fondamentaux
- Prendre soin de soi pour s'ouvrir aux autres
- Ateliers colorimétrie , étude morphologique et styles vestimentaires
- La communication en lien avec la réalité professionnelle



Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation avec validation des compétences acquises

Évaluer les risques professionnels

Pour créer ou actualiser son Document Unique

Objectifs

- Vous permettre d'appréhender les enjeux de la mise en place d'une politique sécurité dans votre établissement.
- Réaliser un Document Unique adapté à votre activité et aux réalités de votre établissement.
- Rendre autonomes les acteurs de prévention sur la création et la mise à jour du document.
- Se mettre en conformité avec la loi.

Public et pré-requis

- Tous dirigeants, référents sécurité ou acteurs dans l'évaluation des risques professionnels de sa structure.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporamas, photos, vidéos.
- Applicatives avec documents de la CARSAT et exemples de documents uniques (trame fournie).

Délai et modalités d'accès

- Durée : 14 h / 2 jours • Dates à définir • Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Déroulement

Pourquoi un Document Unique

- Obligations et nouvelles réglementations.
- Enjeux (juridiques, financiers et humains).

Etat des lieux

- Inventaire des informations nécessaires via la Fiche
- Entreprise, le registre de sécurité, fiches de postes, fiches sécurité, registre des accidents de travail,...
- Composantes d'un DUER avec repérage des plus et moins de son Document Unique (si existant).

Méthode

- Les 4 étapes et le contenu.
- La méthode d'évaluation des risques (processus d'apparition du dommage et définitions).
- Repérage d'une visite des unités de travail (méthodologie et outils)..

La construction d'un Document Unique

- Identification des risques et recherche de situations dangereuses (risques de 1 à 18)
- Cotation et évaluation d'un risque (Gravité / Fréquence / Priorité)
- Proposition de solutions de prévention et de protection en lien avec les situations dangereuses (les 9 principes généraux de prévention)
- Plan d'actions et suivi
- Les autres documents obligatoires en sécurité.



Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation
- Une clef USB sera remise

Savoir réagir face à une personne en souffrance psychique

Objectifs

- Comprendre les différents types de souffrance psychique. Identifier les signes de détresse psychologique chez les collaborateurs.
- Apprendre les techniques de communication adaptées.
- Mettre en place des stratégies de soutien et d'accompagnement.
- Connaître les ressources disponibles pour une aide complémentaire.

Public et pré-requis

- Tout public : managers, RH et salariés sans aucun prérequis. Groupe de 2 à 10 personnes max.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expertise Professionnelle : Formation dispensée par des experts en santé mentale.
- Approche Interactive : Combinaison de théorie (diaporamas, vidéos), exercices pratiques et jeux de rôle.
- Impact Positif : Favorise un environnement de travail sain et productif.

Délai et modalités d'accès

- Durée : 14h, soit 2 jours, consécutifs ou non.
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui sera accessible aux PMR.



Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation avec les compétences acquises
- Quizz de fin de formation
- Formation dispensée par un.e formateur.trice certifié.e en RPS et/ou PSSM

Contenu

J1 : Comprendre et Identifier la Souffrance Psychique

Introduction à la santé mentale en entreprise :

- Importance de la santé mentale au travail.
- Présentation des objectifs de la formation.

Les troubles psychiques courants :

- Définition et exemples de troubles (dépression, anxiété, burn-out, crise suicidaire etc.).
- Différence santé mentale et maladie mentale.
- Statistiques.

Identifier les signes de souffrance psychique :

- Signes avant-coureurs et comportements indicatifs.
- Utilisation d'études de cas et d'exemples pratiques.

Techniques de communication :

- Comment aborder une personne en souffrance.
- Pratiques de l'écoute active et de la communication empathique.
- Exercices de jeu de rôle pour mettre en pratique les techniques.

J2 : Intervenir et Soutenir de Manière Efficace

Interventions en cas de crise :

- Comment réagir face à une crise psychique. Plan d'action en 4 étapes EERO (Écouter, Évaluer, Rassurer, Orienter vers des ressources). Simulation de scénarios de crise.

Stratégies de soutien au quotidien :

- Techniques pour offrir un soutien continu.
- Importance de la confidentialité et du respect.

Ressources et soutien professionnel :

- Connaître les ressources internes (RH, services de santé au travail...) et externes (psychologues, associations...).
- Comment orienter une personne vers les services appropriés.

Créer un environnement de travail sain :

- Bonnes pratiques pour favoriser le bien-être mental au travail.
- Politiques de prévention et programmes de soutien en entreprise.

Évaluation et retour d'expérience :

- Révision des concepts clés.
- Discussion et retour d'expérience des participants.
- Remise des documents de fin de formation.

Maîtriser les bons gestes professionnels et les bonnes postures

De la théorie à la pratique

Objectifs

- Prendre conscience des risques liés à la manutention manuelle.
- Comprendre le mécanisme global de l'anatomie.
- Appliquer les bons gestes professionnels et bonnes postures lors des manutentions.
- Être une force de proposition dans la structure pour améliorer les conditions de manutention.

Public et pré-requis

- Tout salarié effectuant des manutentions de charges.
- Groupe de 3 à 10 personnes max.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporama, vidéos et colonne articulée.
- Applicatives en salle et sur postes de travail.
- Quizz.

Délai et modalités d'accès

- Durée : 7 h / 1 journée
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.



Déroulement

Définitions et Prévention des risques professionnels

- Les enjeux de la prévention.
- Qu'est-ce qu'un AT / MP et conséquences.
- Les 9 principes généraux de prévention.

Anatomie du corps humain et pathologies

- Structure musculaire et squelettique.
- Les conséquences des mauvaises postures et d'une mauvaise organisation.
- Les pathologies (dos, TMS...).
- Les facteurs de risque.
- Les bons gestes et bonnes postures
- Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Comment organiser son poste de travail.

Mises en situation

- Exercices d'analyse des risques.
- Mises en situation avec manipulations de charges et organisation de son poste de travail.
- Proposer des axes d'amélioration à l'encadrement.



Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation
- Evaluation de fin de formation
- Un aide mémoire sera remis

Maîtriser les bons gestes professionnels pour la manutention de personnes dépendantes



De la théorie à la pratique !

Déroulement

Définitions et Prévention des risques professionnels

- Accidents de Travail et Maladies Professionnelles.
- Enjeux de la prévention.
- Chasse aux risques des intervenants à Domicile.
- Les 9 principes généraux de prévention.

Anatomie du corps humain et pathologies

- Structure musculaire et squelettique.
- Les conséquences des mauvaises manutentions.
- Les pathologies (du dos et les TMS).
- Les facteurs de risques.

Mises en situation

- Mise en situation des stagiaires.
- Analyse des pratiques et pistes d'améliorations.
- Exercices d'observation de manutentions variées.
- Démonstration des principes de base avec des techniques de manutention manuelles et mécaniques.
- Mises en situation.

Délai et modalités d'accès

- Durée : 7 h / 1 journée
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.

Objectifs

- Prendre conscience des risques liés à la manutention manuelle et savoir analyser les risques.
- Comprendre le mécanisme global de l'anatomie.
- Appliquer les bons gestes professionnels et les bonnes postures lors des manutentions.
- Être une force de proposition dans la structure pour améliorer les conditions de manutention.

Public et pré-requis

- Toute personne ayant des activités de soins et d'aide à domicile nécessitant des manutentions de personnes malades, handicapées ou âgées partiellement autonomes.
- Groupe de 10 personnes max.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporama, vidéos.
- Interrogatives par échanges d'expériences.
- Applicatives avec le matériel et charges mis à disposition par la structure ou loueur de matériel.
- Formation dispensée par un formateur PRAP et CPS.

Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation
- Quizz de fin de formation
- Un livret sera remis



Maîtriser les bons gestes et postures et prévention des Troubles Musculosquelettiques (TMS)

dans la secteur de la petite enfance

Objectifs

- Réduire et maîtriser les risques d'apparition des troubles musculosquelettiques (TMS).
- Répondre à l'obligation d'information et de formation concernant les manutentions.
- Permettre aux collaborateurs d'acquérir une compétence gestuelle maximale dans la manutention.
- Mettre en application les conseils posturaux sur le poste de travail pour améliorer les conditions de travail.
- Être force de proposition avec des solutions de prévention et de protection adaptées.

Public et pré-requis

- Toute personne ayant des activités dans le secteur de la petite enfance nécessitant des manutentions.
- Groupe de 10 personnes max.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporama, vidéos.
- Interrogatives par échanges d'expériences.
- Applicatives avec du matériel des charges mis à disposition par la structure.
- Formation dispensée par un formateur PRAP ou APS-ASD.



Validation

- Les participants recevront une attestation à la fin de la formation
- Quizz de fin de formation
- Un livret sera remis

Déroulement

Définitions et Prévention des risques professionnels

- Accidents de Travail et Maladies Professionnelles du secteur.
- Enjeux de la prévention.
- Chasse aux risques du secteur de la petite enfance.

Anatomie du corps humain et pathologies

- Structure musculaire et squelettique.
- Les conséquences des mauvaises manutentions.
- Les pathologies (du dos et les TMS).
- Les facteurs de risques.

Solutions de prévention et de protection

- Trouver des solutions d'amélioration avec les 9 principes généraux de prévention
- Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle
- Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autres (bases)

Mises en situation

- Analyse des pratiques et pistes d'améliorations.
- Exercices d'observation et de manutentions variées.
- Démonstration des principes de base avec des techniques de manutention manuelles.

Délai et modalités d'accès

- Durée : 7 h / 1 journée
- Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.



LES PRESTATIONS D'ACCOMPAGNEMENT



DOCUMENT UNIQUE

UN OUTIL AU SERVICE DE LA PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

POURQUOI AVOIR UN DUERP ?

LE DUERP (Abréviation officielle de Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels) est un document mis en place par l'employeur et relatif à la sécurité des salariés sur leur lieu de travail.

Il est essentiel à la prévention des risques en entreprise et participe à la démarche participative des salariés. Il prend en compte la réalité du travail et donne à chacun l'opportunité de devenir "acteur" de sa propre sécurité et de celle des autres.

La prévention améliore la santé globale de l'entreprise !

Ce que dit la loi :

- Ce document est obligatoire dans toutes les entreprises dès l'embauche du 1er salarié,
- Depuis 1991, chaque entreprise est dans l'obligation de réaliser une évaluation des risques au travail,
- Article L 4121-1 du Code du Travail : L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs,
- Vingt ans après sa création, le DUERP évolue avec la loi Santé du 2 août 2021 (Décret n°2001-1016 du 5 nov. 2001).

**Cette loi entend renforcer la prévention en santé au travail.
Il faut désormais un plan d'actions concret et suivi.**

LE DUERP EN PRATIQUE !

La mise en œuvre du DUERP permet d'évaluer les risques professionnels et d'engager une démarche de prévention au sein de votre entreprise.

C'est un inventaire et une hiérarchisation des risques par unité de travail en tenant compte des priorités. L'entreprise a le choix du support, écrit ou numérique.

Nous sommes en mesure de vous proposer des modèles homologués.

Et ensuite ?

L'évaluation n'est pas une démarche éphémère !

La mise à jour du document est obligatoire une fois par an minimum pour les entreprises d'au moins 11 salariés, ou lors de modifications importantes des conditions de travail.

Prise en charge possible - Contactez-nous !



MISE EN CONFORMITÉ

Si l'employeur ne respecte pas son obligation, il risque :

- 1500€ en cas d'absence de DUERP ou de non mise à jour, 3000€ en cas de récidive avec l'obligation de rédaction du DUERP,
- L'employeur a une obligation de résultat et pas seulement de moyen en matière de sécurité et de santé au travail,
- La responsabilité pénale de l'employeur peut être engagée en cas d'accident de travail ou de maladie professionnelle.

UN ACCOMPAGNEMENT SUR MESURE

Notre partenaire qui réalise cette action de formation est habilitée par la DREETS et enregistrée en tant qu'IPRP (intervenante en Prévention de risques Professionnels)

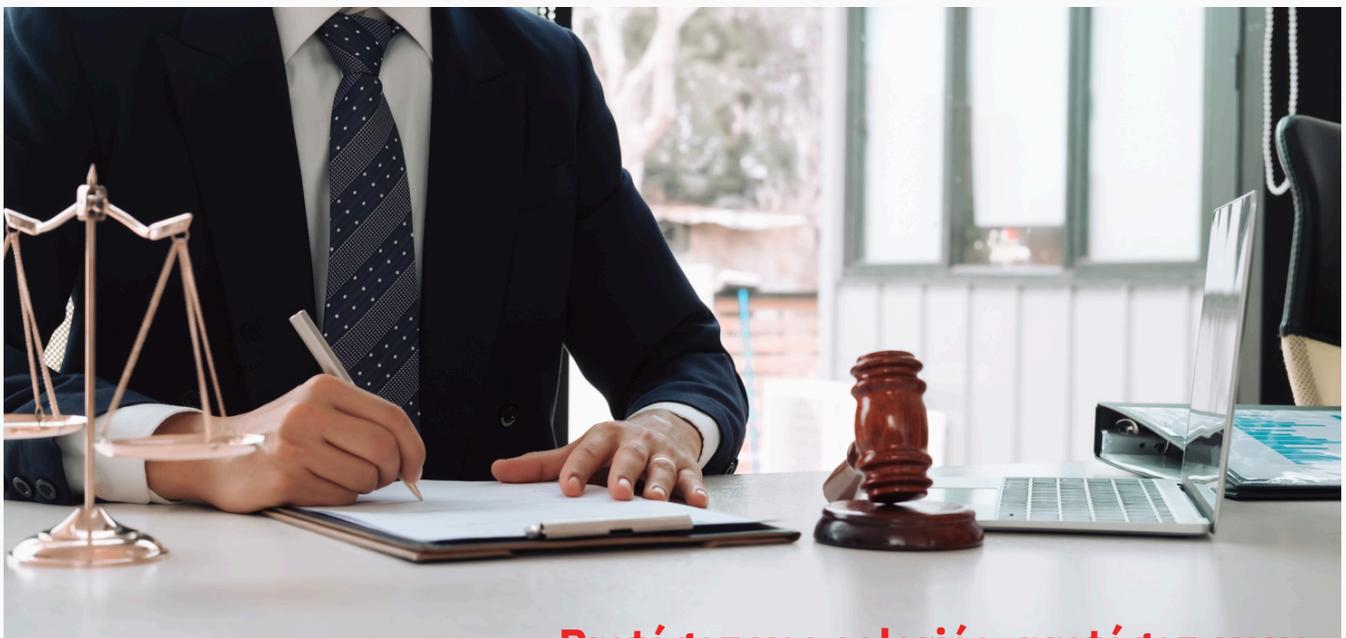
Nous vous proposons une offre adaptée à vos besoins

Diagnostic de votre culture sécurité sur 10 thématiques avec un plan d'actions adapté

Formation à la création du DUERP : s'approprier la méthode et actualiser le document

Accompagnement sur mesure, en lien avec les acteurs internes,

- **Rédaction complète du document et de ses annexes** (Evaluation des Risques Psycho-Sociaux, risque chimique avec inventaire des produits, facteurs de pénibilité...)
- Proposition d'actions de prévention et de protection adaptées dans un plan des produits, facteurs de pénibilité...)
- Proposition d'actions de prévention et de protection adaptées dans un plan d'actions conforme
- Actualisation du DUERP et de ses annexes



Protégez vos salariés, protégez-vous

Ils nous font confiance depuis plus de 10 ans !



Contacts:

**SECRETARIAT - MME DROUET
RESPONSABLE DU CENTRE DE FORMATION - MME SAINT-LÔ
RELATION CLIENTÈLE - MME BRAUD**

**02 41 30 61 80
chemille@cneap.fr**