Catalogue de services

En collaboration avec :

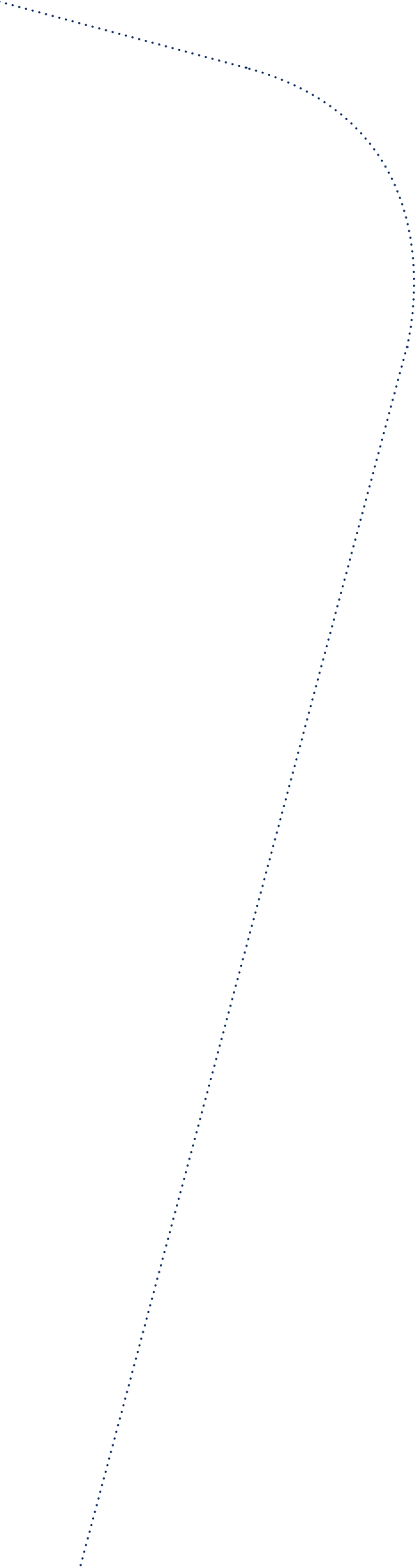
exper consult

bao group
LEARNING & COACHING

ETIC'S Partners

spmt arista

votre bien-être, notre priorité



Sommaire

1 Introduction

1.1 spmt arista 7
1.2 experconsult 8
1.3 BAO group 9
1.4 ETIC's partners 9

2 Santé

2.1 Service – Examen médical 12
2.2 Service – Examen médical – Évaluations de santé périodiques 14
2.3 Service – Examen médical – Évaluations de santé non périodiques 16
2.4 Service – Examen médical – Maladies professionnelles 18
2.5 Service – Examen médical – Vaccinations 19
2.6 Service – Les vaccinations contre la grippe 20
2.7 Service – Analyse des risques médicaux 21
2.8 Service – Visite d'entreprise – Visite systématique et périodique des lieux de travail 22
2.9 Service – Organisation des premiers secours 23
2.10 Service – Le rôle actif du médecin du travail dans la politique en matière de bien-être et de santé 24
2.11 Service – Participation au Comité pour la Prévention et la Protection au Travail (CPPT) 25
2.12 Service – Analyse des risques premiers secours en entreprise 26
2.13 Service – Baromètre psy (screening du bien-être au travail lors des examens médicaux) 27
2.14 Service – Medical Check up 28
2.15 Service – BeFit Challenge 29
2.16 Service – BeFit Food – Les ateliers 30
2.17 Service – BeFit Food – Teamwork 31
2.18 Service – BeFit Move 32

2.19 Formation de base – Secourisme 33
2.20 Recyclage – Secourisme 34
2.21 Formation – Secourisme pédiatrique (0-12 ans) 35
2.22 Formation – Défibrillateur Externe Automatisé – DEA 37
2.23 Formation – Initiation aux premiers gestes et à l'appel d'urgence 38
2.24 Formation – Protection de la maternité 39
2.25 Formation – Information annuelle en radioprotection 40
2.26 Formation – Sensibilisation – Diabète 41
2.27 Formation – L'importance de l'activité physique 42
2.28 Formation – Les maladies infectieuses.
La triade des maladies transmissibles par voie sanguine : l'hépatite B et C et le VIH 43
2.29 Formation – Vivre sainement 44
2.30 Formation – Les trajets de réintégration des travailleurs en incapacité de travail 45
2.31 Formation – La surveillance de la santé des travailleurs et les incapacités médicales 46
2.32 Formation – Les cytostatiques en dehors de la pharmacie et dans les soins à domicile 47
2.33 Formation – L'aptitude à la conduite 48
2.34 Formation – La grippe 49
2.35 Formation – La vaccination contre la grippe pour les collaborateurs de la santé 50
2.36 Formation – Le rôle du médecin du travail dans la politique en matière d'alcool et de drogues 51
2.37 Formation – La prévention des accidents par piqûre 52
2.38 Formation – Le travail de nuit et le travail posté 53

3 Aspects psychosociaux

3.1 Service – Sélection et formation sur mesure des personnes de confiance 56
3.2 Service – Assuétudes : mieux les comprendre pour pouvoir mieux les gérer 57
3.3 Service – Analyse des risques psychosociaux via entretiens individuels (< 30 travailleurs) 58
3.4 Service – Analyse ciblée sur les risques psychosociaux prioritaires (< 50 travailleurs) 59
3.5 Service – ARIPSO : analyse des risques labellisée à grande échelle (> 60 travailleurs) 60
3.6 Service – Focus group : analyse participative des risques psychosociaux (< 80 travailleurs) 61
3.7 Service – Accompagnement lors d'un événement potentiellement traumatisant 62
3.8 Service – Souffrance au travail : intervention psychosociale individuelle 63
3.9 Service – Enthusiastic teams@work 64

3.10 Formation de base – Personnes de confiance 65
3.11 Recyclage / Supervision – Personnes de confiance 66
3.12 Formation – Sensibilisation des managers aux techniques de réinsertion professionnelle 67
3.13 Formation – Sensibilisation ligne hiérarchique – Prévenir les risques psychosociaux au travail 68
3.14 Formation – Sensibilisation personnel – Prévenir les risques psychosociaux au travail 69

3.15 Formation – Sensibilisation ligne hiérarchique – Phénomène d'assuétudes au travail (alcool, drogues et médicaments) ... 70
3.16 Formation – Sensibilisation personnel – Phénomène d'assuétudes au travail (alcool, drogues et médicaments) ... 71
3.17 Formation – Gérer l'agressivité verbale au travail ... 72
3.18 Formation – Gérer les conflits au travail ... 73
3.19 Formation – Information sur l'approche des événements potentiellement traumatisants ... 74
3.20 Formation – Evénement potentiellement traumatisant en entreprise : se préparer à l'imprévisible ... 75
3.21 Formation – Rédaction du plan pour l'emploi des travailleurs âgés suivant la CCT 104 ... 76
3.22 Formation – La résilience – Bien dans sa tête, bien dans sa peau ... 77
3.23 Formation – Sensibilisation – Gérer le stress ... 78
3.24 Formation – Prévenir et gérer le stress ... 79
3.25 Formation – Prévenir et gérer le stress par les techniques de respiration ... 80
3.26 Formation – Prévenir et gérer le stress par le yoga ... 81
3.27 Formation – Prévenir et gérer le stress par la Mindfulness ... 82
3.28 Formation – Sensibilisation – Prévention du burnout ... 83
3.29 Formation – Sensibilisation comité de direction – Prévenir et gérer le burnout dans son entreprise ... 84
3.30 Formation – Diminuer sa sensibilité au burnout ... 85
3.31 Formation – Se relever d'un burnout ... 86
3.32 Formation – Prévenir le burnout dans son équipe ... 87
3.33 Formation – Réagir au burnout dans son équipe ... 88
3.34 Formation – L'assertivité : un jeu de diplomate et de détermination ... 89

4 Ergonomie

4.1 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises C- D) ... 92
4.2 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises A B C+) ... 93
4.3 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – CEWA ... 94
4.4 Service – Intervention analyse experte travail sur écran de visualisation – IEWA ... 95
4.5 Service – Manutention manuelle de charges – Analyse des risques ... 96
4.6 Service – Aide à la correction des espaces de travail ... 97
4.7 Service – Aide à la conception d'espaces de bureaux ... 98
4.8 Service – Analyse ergonomique d'un poste de travail ... 99
4.9 Service – Avis ergonomique préalable à l'élaboration d'un cahier des charges relatif à certains produits et matériel ... 100
4.10 Service – Etude ergonomique spécifique afin d'aménager les locaux pour réduire les risques d'agression ... 101
4.11 Service – Analyse des circuits d'Information ... 102
4.12 Service – Analyse des facteurs organisationnels ... 103
4.13 Service – Mesure de l'éclairement et des valeurs de luminance ... 104

4.14 Formation – Ergonomie du travail sur écran ... 105
4.15 Formation – Ergonomie du travail sur écran par poste de travail ... 106
4.16 Formation – Coach du dos ... 107
4.17 Formation – Manutention de charges et prévention des troubles musculo–squelettiques ... 108
4.18 Formation – Manutention de personnes et prévention des troubles musculo–squelettiques ... 109
4.19 Formation – Services logistiques ... 110

5 Sécurité

5.1 Service – Visite des lieux de travail – A B C+ ... 114
5.2 Service – Visite des lieux de travail – C- D ... 115
5.3 Service – Audit de sécurité pour la mise en service de machines ... 116
5.4 Service – Safety Audit ... 117
5.5 Service – Analyse des risques sécurité ... 118
5.6 Service – Aide à l'élaboration du plan global et du plan annuel d'actions ... 120
5.7 Service – Réalisation d'un plan d'urgence ... 122
5.8 Service – Assistance en cas d'accident du travail grave ... 124
5.9 Service – Examen de l'accident du travail ... 125
5.10 Service – Coordination de chantier ... 126
5.11 Service – Avis sur cahiers des charges produits et matériels en termes de sécurité ... 127
5.12 Service – Avis, aide au choix des équipements de protection (individuels, collectifs) ... 128
5.13 Service – Mise à disposition d'un conseiller en prévention ... 129

5.14 Formation – Ligne hiérarchique – Politique du bien-être ... 130
5.15 Formation – Analyse de risques en pratique ... 131
5.16 Formation – Analyse des accidents de travail ... 132
5.17 Formation – Espaces verts ... 133
5.18 Formation – Conseiller en prévention niveau III ... 134
5.19 Formation – Conseiller en prévention niveau II ... 136

5.20 Formation – Conseiller en prévention : module complémentaire pour coordinateur 137
5.21 Formation – Travailler en sécurité sur un échafaudage 138
5.22 Formation – Travailler en hauteur 140
5.23 Formation – Chariot élévateur à mât rétractable 142
5.24 Formation – Chariot élévateur frontal 143
5.25 Formation – Chargeur télescopique 144
5.26 Formation – Technique d'élingage 146
5.27 Formation – Pont roulant 148
5.28 Formation – Acquisition de compétences électriques BA4-BA5 150
5.29 Formation – ATEX 152
5.30 Formation et certification VCA – Sécurité de base travailleurs de contractants 153
5.31 Formation et certification VCA – Cadres opérationnels de contractants 154

6 Prévention incendie

6.1 Service – Analyse des risques relative à la prévention et à la lutte contre les incendies 158

6.2 Formation de base – Équipier de première intervention 160
6.3 Formation de base – Équipier de deuxième intervention 161
6.4 Formation de base – Chef d'équipe de première intervention 162
6.5 Formation de base – Chef d'équipe de deuxième intervention 163
6.6 Formation de base – Port de l'appareil respiratoire isolant (ARI) 164
6.7 Recyclage – Exercices de perfectionnement pour équipier de première intervention 165
6.8 Recyclage – Exercices de perfectionnement pour équipier de première intervention en milieu industriel 166
6.9 Recyclage – Chef d'équipe de première intervention 167
6.10 Recyclage – Chef d'équipe de deuxième intervention 168
6.11 Recyclage – Porteur d'ARI 169
6.12 Formation – Fire Truck 170
6.13 Formation – Évacuation steward 171
6.14 Formation – Formation supérieur – Prévention incendie 172

7 Hygiène industrielle

7.1 Service – HVAC audit 176
7.2 Service – Audit HACCP (Analyse de l'hygiene alimentaire dans les unités de restauration) 177
7.3 Service – Mesures des poussières personnelles et/ou stationnaires 178
7.4 Service – Equipements de travail 180
7.5 Service – Evaluation du confort thermique 182
7.6 Service – Mesures de l'ambiance thermique 183
7.7 Service – Mesures de l'ambiance sonore 184
7.8 Service – Evaluation de l'ambiance sonore 186
7.9 Service – Lutter contre l'exposition au bruit 187
7.10 Service – Analyses microbiologiques 188
7.11 Service – Substances chimiques 190

7.12 Formation – Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples) 191
7.13 Recyclage – Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples) 192
7.14 Formation – Hygiène alimentaire suivant la norme HACCP 193
7.15 Formation – Un produit et ses dérivés 194
7.16 Formation – Usage de produits d'entretien 195

8 Leadership - Management

8.1 Formation – Face aux changements, l'art de l'agilité et de la résilience 198
8.2 Formation – Le leader participatif – «La force du lien» 199
8.3 Formation – Le leader enthousiaste – «Raviver le feu» 200
8.4 Formation – Le leader audacieux – «Diriger avec ses tripes» 201
8.5 Formation – Le leader ouvert – «Manager la diversité» 202
8.6 Formation – Le leader authentique – «Oser dire» 203
8.7 Formation – Manager coach – Les bases du coaching managérial et relationnel 204
8.8 Formation – Les bases de la communication : parler avec ses oreilles 205
8.9 Formation – Prendre la parole en public : revenez à vous ! 206
8.10 Formation – Les bases du leadership : un acte d'humilité 207
8.11 Formation – Le leader mindful – Devenir un leader plus efficace 208
8.12 Formation – Gérer les personnes dites «difficiles» 209
8.13 Formation – Gérer les émotions et le stress par une technique de psychologie énergétique : l'Emotional Freedom Technique 210
8.14 Formation – Spécial enseignement – Développer son leadership et la coach attitude 212

1

Introduction

Afin de vous offrir le plus large panel de services et formations, **spmt arista** s'est associé avec des organismes de services de premier plan.

Vous trouverez, dans ce catalogue, les services et formations dispensés par les 4 prestataires (**spmt arista**, **experconsult**, **BAO Group**, et **ETIC'S at work®**), sur les différentes thématiques en lien avec la protection et la prévention au travail.

Tous les services et formations que vous retrouverez dans ce catalogue sont fournis dans la langue des travailleurs à former.
Si vous ne trouvez pas dans ce catalogue ce que vous cherchez, n'hésitez pas à nous contacter, nous vous aiderons volontiers.

spmt arista

votre bien-être, notre priorité

Votre bien-être, notre priorité.

spmt arista, Service Externe de Prévention et de Protection au Travail, attache une importance primordiale au bien-être de votre personnel. Nous sommes convaincus que notre offre dans le domaine du bien-être, de la santé, de la sécurité et du management est un outil stratégique et managérial qui permet :

- d'accroître l'implication et la motivation de votre personnel
- de diminuer les risques d'accident du travail
- de prévenir la survenance de problématiques psychosociales (dont le burnout, le harcèlement et les assuétudes)
- de diminuer structurellement votre taux d'absentéisme.

Nous mettons à votre disposition notre expérience et nos experts afin de vous aider à évaluer vos besoins spécifiques. En concertation avec votre service « ressources humaines » et votre service de prévention, nous définissons les objectifs et les moyens à atteindre et vous proposons une offre adaptée à vos réalités et souhaits.

spmt arista est un Service Externe de Prévention et de Protection au Travail agréé sur l'ensemble du territoire belge. Il offre une assistance professionnelle pour la réalisation de la politique de bien-être des entreprises via la surveillance de la santé des travailleurs et la gestion des risques.

spmt arista fait partie du top 3 national des Services Externes de Protection et de Prévention au Travail et est leader du marché francophone belge.

spmt arista apporte l'expertise de son personnel et ses ressources multidisciplinaires (médecins du travail, ingénieurs, ergonomes, hygiénistes du travail, psychologues, …) pour répondre aux besoins en matière de santé physique et psychologique des employeurs et de leurs travailleurs. **spmt arista** propose donc une gamme très étendue de services qui vont de l'examen médical des travailleurs à l'analyse de risques présents dans l'entreprise, en passant par des formations, dont vous découvrirez toute la diversité dans ce catalogue.

Notre savoir-faire

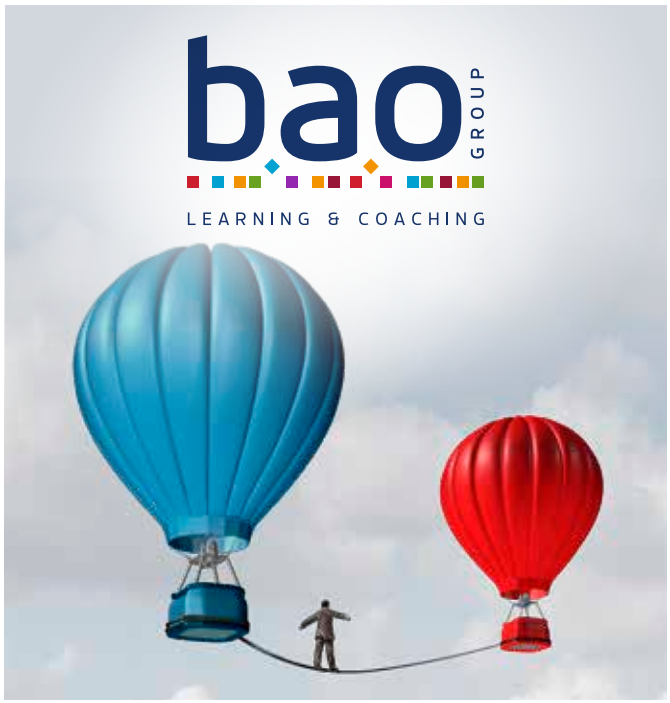
- **50** ans d'expérience
- **510** collaborateurs
- **140** médecins du travail
- **30.000** visites annuelles des lieux de travail
- **23.400** entreprises affiliées
- **125** centres médicaux
- **510.000** travailleurs
- **300.000** examens médicaux annuels

Votre partenaire pour une « entreprise saine »

experconsult est le pôle spécialisé du groupe **spmt arista** en matières de Santé et de Wellbeing perçus pour l'entreprise et l'individu.

experconsult est active dans 4 activités distinctes :

- **Les check-up médicaux et psychologiques**
  Dans le cadre d'une politique interne de bien-être de ses travailleurs, l'entreprise a la possibilité d'offrir à ses cadres et collaborateurs un check-up médical et psychologique. Le check-up consiste en un examen complet et une discussion avec un médecin. Les résultats et entretiens sont totalement confidentiels.
- **Les examens médicaux et psychologiques obligatoires en cas de déchéance de permis de conduire.**
  En cas de perte du permis de conduire suite à une décision judiciaire, le juge est à même d'exiger du chauffeur qu'il repasse des examens médicaux et/ou psychologiques afin de récupérer son permis de conduire. **experconsult** est un organisme reconnu au niveau national pour ces missions.
- **Les expertises médicales pour les assurances**
  Les assureurs sont parfois amenés à devoir indemniser des victimes d'accidents ou d'incapacité totale ou partielle. Nos experts reconnus apportent leur support afin de déterminer avec justesse le niveau d'incapacité.
- **Les actions liées à la vitalité au travail**
  Bouger et mieux manger. Voilà un résumé de notre programme « **BeFit** » de vitalité au travail. Notre équipe de diététiciens et de médecins apportent une vision moderne à la diététique et au mouvement sur les lieux de travail.



Une entreprise au service des besoins spécifiques des individus, des organisations et de leurs collaborateurs, qu'ils soient préventifs, curatifs ou génératifs.

La démarche du **BAO Group** est axée sur l'humain : «***Au cœur de l'humain, au cœur du système***».

Le **BAO Group** est né de la rencontre de coaches expérimentés animés d'une même passion d'accompagner les individus, les équipes, la direction lors des processus de transformation auxquels ils sont constamment confrontés.

BAO Group propose un ensemble de formations participatives telles que le leadership, la prévention et la gestion du burnout et du stress, la dynamique d'équipe, la communication, l'adaptation aux changements… afin d'apporter une énergie d'autonomie, de responsabilisation, d'alignement et de vitalité pour les individus et au sein des équipes.

Coaches et formateurs, les intervenants du **BAO Group** agissent autant au niveau du « savoir-faire » que du « savoir-être » des participants.

Une, deux, trois, quatre, cinq, six…
Six sociétés autonomes, complémentaires et partenaires pour la sécurité, la prévention et le bien-être au travail. Ces six sociétés, ce sont plus de 120 professionnels à travers toute la Belgique, unissant leurs forces et compétences pour répondre à vos besoins en matière de formation, de consultance, d'information, d'achat, location et entretien de matériel de sécurité.

ETIC'S Partners est composé de :

- 3 écoles du feu,
- 4 unités mobiles qui sensibilisent votre personnel aux risques d'incendie,
- 7 écoles de la manutention et du levage qui, ensemble, ont une surface de 20.000 m² d'entraînement, dans des infrastructures équipées de façon professionnelle,
- 10 centres pour les formations théoriques et examens.

2

Santé

Service

Examen médical

La surveillance de santé des travailleurs est obligatoire. Elle vise à promouvoir et à préserver la santé des travailleurs par la prévention des risques liés au travail. Elle est réalisée par le médecin du travail et est régie par l'Arrêté royal du 28 mai 2003 (code du bien-être au travail, Livre Ier, Titre 4) qui comprend tous les principes généraux applicables aux travailleurs concernés par la surveillance de la santé.

Objectifs

Veiller au bien-être et à la santé des travailleurs est l'objectif principal de la surveillance de la santé. Les objectifs particuliers sont les suivants :

- **promouvoir une occupation pour tous, notamment en proposant un travail adapté**
- **détecter les (facteurs de risques des) maladies professionnelles, affections professionnelles et problèmes au travail**
- **informer et conseiller les travailleurs quant aux affections et problèmes auxquels ils peuvent être confrontés au travail.**

Au cours de l'examen médical (que l'on appelle aussi communément l'évaluation de santé), le médecin du travail détermine également si la personne est apte à effectuer son travail. Le rôle du médecin du travail est de prévenir les affections et non de les soigner.

Pour qui ?

La surveillance de santé est applicable à tous les travailleurs, ainsi qu'à toutes les personnes assimilées aux travailleurs (stagiaires, cursistes, apprentis, étudiants jobistes, bénévoles, …).

Les types d'examens que doivent passer les travailleurs dépendent des risques présents ou non dans le travail.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Contenu

Les différents types d'examens sont réalisés en fonction de l'analyse des risques.

Les examens médicaux ont lieu à différents moments de la carrière du travailleur, à savoir :

- en cas de nouvelle fonction ou de changement de fonction : on parle alors d'évaluation de santé préalable à l'embauche
- périodiquement : les travailleurs exposés à des risques sont convoqués régulièrement pour passer un examen médical, la périodicité dépend du risque auquel ils sont exposés
- en cas d'exposition à des risques pendant la grossesse ou l'allaitement
- lors d'une demande de réintégration des travailleurs malades (de longue durée), travailleurs qui ne peuvent plus exercer définitivement ou temporairement leur travail convenu
- lors de la reprise du travail après une absence de plus de quatre semaines
- à la demande du travailleur : il s'agit de la consultation spontanée (pendant l'exercice du travail) ou de ce que l'on appelle l'examen de pré-reprise du travail (en cas de maladie). Tout travailleur a le droit de contacter le médecin du travail directement et, le cas échéant, anonymement pour passer un examen médical
- à la demande de l'employeur
- après exposition à certains agents ou substances (l'amiante par exemple) qui n'ont un impact sur la santé qu'après un laps de temps relativement long : on parle alors de surveillance de santé prolongée.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

- C'est l'analyse des risques réalisée par l'employeur en collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail qui détermine le type d'examen médical auquel doivent être soumis les travailleurs. Les examens périodiques, les évaluations de santé préalables et les examens de reprise du travail n'ont en principe lieu que si l'analyse des risques fait état de risques.

Service

Examen médical – Évaluations de santé périodiques

Le travail, et les conditions dans lesquelles il doit être effectué, comportent parfois des risques pour la santé : utilisation de produits nocifs, conduite de machines dangereuses, manutention de charges, …

Objectifs

La surveillance de la santé des travailleurs a pour but de promouvoir et de préserver le bien-être et la santé des travailleurs en agissant sur la prévention de ces risques.

Plus particulièrement, les objectifs poursuivis sont (Code du Bien-être au travail Livre Ier Titre IV Art. I.4-2) :

a. **de promouvoir les possibilités d'emploi pour tout un chacun, notamment en proposant à l'employeur un travail adapté**
b. **de dépister aussi précocement que possible les maladies professionnelles, les affections liées au travail et les problèmes au travail**
c. **de renseigner et conseiller les travailleurs sur les affections ou déficiences dont ils seraient éventuellement atteints (conseil en matière de santé)**
d. **de collaborer à la recherche et l'étude des facteurs de risque des maladies professionnelles et des affections liées au travail**
e. **d'éviter l'occupation de travailleurs à des tâches dont ils seraient incapables, en raison de leur état de santé, de supporter normalement les risques**
f. **d'éviter l'admission au travail de personnes atteintes d'affections graves qui soient transmissibles, ou qui représentent un danger pour la sécurité des autres travailleurs**
g. **de fonder la décision relative à l'aptitude au travail d'un travailleur, au moment de l'examen médical.**

En combinaison avec les visites des lieux de travail et la participation aux comités pour la prévention et la protection au travail, tout ceci doit contribuer à l'élaboration de l'analyse des risques, au développement d'une politique en matière de santé, et à l'augmentation du bien-être au travail.

Certains de vos travailleurs doivent être examinés périodiquement par le conseiller en prévention-médecin du travail. La périodicité de cet examen est déterminée en fonction des risques liés à la fonction du travailleur.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Contenu

L'évaluation de santé périodique se compose :

- de l'établissement et l'enregistrement de l'anamnèse professionnelle et des antécédents médicaux du travailleur
- d'un examen clinique de l'état de santé général et des examens biométriques pertinents
- d'examens dirigés ou de tests fonctionnels dirigés
- d'examens biologiques
- de l'administration des vaccinations obligatoires et de la réalisation des tests tuberculiniques
- de la prescription d'un examen radiologique si cela est justifié
- de l'information et du conseil aux travailleurs quant aux affections ou déficiences dont ils seraient éventuellement atteints (conseil en matière de santé).

L'évaluation de santé dure environ 30 minutes par travailleur. Notre système de planification électronique vous permet de consulter le planning à tout moment et d'être ainsi toujours au courant des examens planifiés.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** et l'infirmier de **spmt arista**.

Infos pratiques

Ce service peut s'effectuer dans un de nos nombreux centres.
Si vous disposez d'un local adéquat, ces examens peuvent aussi être organisés dans un de vos locaux.
Enfin, nous disposons également d'un car médical qui peut constituer une solution dans certains cas très spécifiques.

Service

Examen médical – Évaluations de santé non périodiques

Outre les évaluations de santé périodiques, on dénombre également une série d'examens non périodiques :

- L'évaluation de santé préalable
- L'examen de reprise du travail
- La visite de pré-reprise du travail
- La consultation spontanée
- La surveillance de santé prolongée
- L'évaluation de réintégration d'un travailleur qui ne peut plus effectuer le travail convenu, de manière temporaire ou définitive
- L'extension de la surveillance de santé
- L'examen à la demande de l'employeur
- L'examen dans le cadre de la protection de la maternité ou de l'allaitement.

Objectifs

Tout comme les évaluations de santé périodiques, les examens non périodiques ont pour but de promouvoir et de préserver la santé des travailleurs en agissant sur la prévention des risques.

Chaque type d'évaluation de santé poursuit également des objectifs spécifiques dont voici les principaux :

- **L'évaluation de santé préalable : évaluer l'aptitude lors de l'embauche ou lors d'un changement de fonction**
- **L'examen de reprise du travail : évaluer l'aptitude dans les 10 premiers jours ouvrables de la reprise du travail. En cas d'inaptitude : soit proposer des mesures de prévention à indiquer sur le formulaire d'évaluation de santé, soit recommander une prolongation du congé de maladie**
- **La visite de pré-reprise du travail : préparer la future reprise effective du travail des travailleurs, qu'ils soient ou non soumis à la surveillance de santé, en faisant d'éventuelles propositions concernant un poste de travail adapté (un bureau assis-debout, …) ou concernant un travail adapté (volume de travail adapté, travail à temps partiel, limitation de la manutention de charges, …)**
- **La consultation spontanée : offrir à tout travailleur, qu'il soit ou non soumis à l'évaluation de santé périodique, la possibilité de contacter le médecin du travail suite à des problèmes de santé liés au travail**
- **L'évaluation de réintégration des travailleurs malades : promouvoir la réintégration du travailleur qui ne peut plus exécuter le travail convenu, en donnant à ce travailleur : - soit, temporairement, un travail adapté ou un autre travail en attendant d'exercer à nouveau son travail convenu, - soit, définitivement, un travail adapté ou un autre travail si le travailleur est définitivement inapte à exercer son travail convenu**
- **L'examen à la demande de l'employeur : permettre l'évaluation de santé à la demande de l'employeur lorsqu'un travailleur se plaint de malaises ou de signes d'affection qui peuvent être attribués à ses conditions de travail ; ou lorsque l'employeur constate que l'état physique ou mental d'un travailleur augmente incontestablement les risques liés au poste de travail. Attention, le conseiller en prévention-médecin du travail évaluera de manière indépendante si ce travailleur doit être soumis à une évaluation de santé**

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

- **L'examen dans le cadre de la protection de la maternité ou de l'allaitement : au cours de cet examen, le médecin du travail constate l'(in)aptitude de la travailleuse ou fait des propositions concernant l'aménagement des conditions de travail, et détermine les mesures de prévention à prendre. S'il n'est pas possible d'adapter le poste de travail ou d'effectuer d'autres activités, un écartement de la fonction sera nécessaire pour la durée de la grossesse et/ou de l'allaitement.**

Contenu

Lors de chaque examen non périodique, l'aptitude du travailleur est évaluée sur base de l'état de santé du travailleur (questionnaire médical et examen clinique) et en fonction des risques présents sur le lieu de travail. Chaque examen poursuit des objectifs spécifiques (voir ci-dessus) et possède des règles propres qui doivent être respectées. Ces règles sont relatives au demandeur, au délai dans lequel un examen médical doit avoir lieu, ainsi qu'au type de travailleur (soumis ou non à l'évaluation de santé périodique).

Voici, dans les grandes lignes, les règles légales à appliquer :

- l'examen de reprise du travail : obligatoire pour tout travailleur soumis, après une absence ininterrompue d'au moins 4 semaines, en raison d'une maladie, d'un accident ou d'un accouchement
- la consultation spontanée : pour les travailleurs, soumis ou non à la surveillance de santé périodique, qui rencontrent des problèmes relatifs à leur sécurité et à leur santé au travail. Dans le cas de la consultation spontanée, le demandeur est le travailleur en personne ou son médecin traitant. L'examen peut se faire de manière anonyme (l'employeur ne pourra pas être mis au courant sauf si le travailleur marque son accord). Pour cet examen, l'établissement du formulaire d'évaluation de santé, réalisé par le médecin du travail, n'est pas toujours obligatoire
- en cas de visite de pré-reprise du travail, le demandeur est toujours le travailleur, qu'il soit soumis ou non. Le travailleur aura rendez-vous avec le médecin du travail dans les 10 jours ouvrables suivant sa demande. Le médecin du travail examinera le poste de travail du travailleur dans les plus brefs délais et formulera, au champ F du formulaire d'évaluation de santé, les éventuelles mesures de prévention recommandées, en fonction de l'état de santé du travailleur et de l'examen du poste de travail, et ce, afin que l'employeur puisse fournir au travailleur un travail adapté dès la reprise du travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** et l'infirmier de **spmt arista**.

Infos pratiques

Les évaluations de santé non périodiques ne peuvent être planifiées à l'avance par **spmt arista**. Si une évaluation de santé non périodique s'avère nécessaire, vous pouvez contacter **spmt arista** vous-même pour planifier l'examen. D'un point de vue légal, tout travailleur peut également contacter directement, et anonymement s'il le souhaite, (le médecin du travail de) **spmt arista** en vue de fixer un rendez-vous.

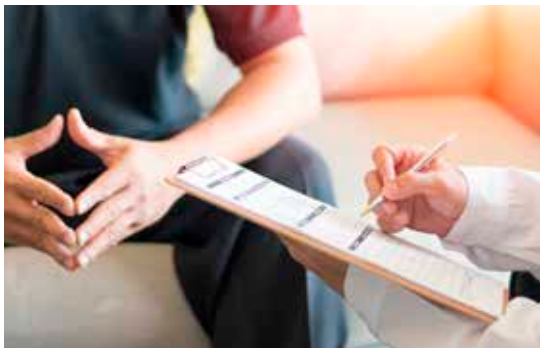
Service

Examen médical – Maladies professionnelles

Par maladie professionnelle, on entend toute affection pour laquelle un lien causal clair peut être établi avec l'exercice d'une certaine activité professionnelle, conformément à l'article 30 des lois coordonnées relatives à la prévention des maladies professionnelles.
Les maladies en relation avec le travail (loi du 13 juillet 2006 (M.B. du Ier septembre 2006)) sont des maladies qui, selon les connaissances médicales généralement admises, peuvent trouver leur cause partielle dans une exposition à une influence nocive, inhérente à l'activité professionnelle et supérieure à celle subie par la population en général, sans que cette exposition, dans des groupes de personnes exposées, constitue la cause prépondérante de la maladie. Un exemple bien connu de maladie professionnelle sont les douleurs lombaires et le programme de prévention développé dans ce cadre par Fedris (l'ancien Fonds des maladies professionnelles).

Objectifs

L'évaluation de santé se base sur l'analyse des risques qui a notamment pour but la prévention des maladies professionnelles et des maladies en relation avec le travail. L'évaluation de santé est réalisée par le conseiller en prévention-médecin du travail et est axée sur le dépistage de ces maladies à un stade précoce, afin de limiter ainsi les dommages en prenant les mesures adéquates.



Contenu

Le médecin du travail est tenu de faire une déclaration chaque fois qu'il constate l'un des cas énumérés ci-après :

1. les cas de maladies professionnelles figurant sur la liste des maladies professionnelles reconnues et indemnisables en Belgique
2. les cas ne figurant pas sur la liste précitée mais bien sur la liste européenne des maladies professionnelles
3. les cas d'autres maladies dont l'origine professionnelle est établie ou dont le médecin qui les a constatées atteste ou soupçonne semblable origine
4. les cas de prédisposition à l'une des maladies professionnelles mentionnées ci-dessus ou des premiers symptômes de celle-ci, chaque fois que cette constatation peut influencer la stabilité de l'emploi ou le salaire du travailleur intéressé.

Outre le caractère formel imposé par la loi pour cette procédure, le conseiller en prévention-médecin du travail devra prendre, lorsqu'il constate une maladie professionnelle, toutes les mesures pour éviter l'aggravation des dommages. Il peut s'agir, par exemple, l'utilisation d'équipements de protection collective ou individuelle, de modifications du processus de travail ou du poste de travail, ou d'un écartement de la fonction, …

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le dépistage et la déclaration des maladies professionnelles ont lieu durant les évaluations de santé. Pour de plus amples informations, nous vous renvoyons au site Internet de Fedris www.fedris.be et à votre médecin du travail.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Examen médical – Vaccinations

Si l'analyse des risques révèle que certains travailleurs sont exposés ou peuvent être exposés à des agents biologiques contre lesquels un vaccin efficace est disponible, l'employeur est tenu d'offrir à ces travailleurs la possibilité de se faire vacciner si ces derniers ne sont pas encore immunisés.

Objectifs

- **L'objectif des vaccinations est de protéger les travailleurs contre les agents biologiques (risques) auxquels ils sont exposés.**
- **L'annexe VI du code du bien-être au travail, Livre VII, Titre Ier («A.R. relatif aux agents biologiques») comprend une liste des entreprises et des catégories de travailleurs pour lesquelles certaines vaccinations sont obligatoires. Il s'agit de la vaccination contre le tétanos (notamment pour les travailleurs des entreprises agricoles), de la vaccination contre l'hépatite B (notamment pour le personnel médical) et du test tuberculinique (notamment pour les travailleurs des hôpitaux).**
- **En outre, certaines vaccinations conseillées (la vaccination contre la rage et celle contre la grippe, par exemple) peuvent être recommandées. L'employeur informe les travailleurs concernés de l'existence d'un vaccin efficace lors de l'embauche et avant l'exposition aux agents biologiques. Ils sont également informés des avantages et des inconvénients que présentent la vaccination et l'absence de vaccination.**

Contenu

Vaccinations obligatoires

Les travailleurs qui appartiennent à des groupes étant exposés à des risques spécifiques reçoivent leur(s) vaccination(s) obligatoire(s) lors de leur évaluation de santé.

Campagnes de vaccination

Dans le cadre des campagnes de vaccination annuelles (notamment contre la grippe), **spmt arista** met à disposition les vaccins à administrer, à un prix convenu d'avance. Sur base de la liste des travailleurs qui souhaitent se faire vacciner, **spmt arista** se chargera de la commande et de l'administration des vaccins. Vous trouverez de plus amples informations concernant la campagne contre la grippe à la fiche 2.5 de ce catalogue.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** et l'infirmier de **spmt arista**.

Infos pratiques

spmt arista assure la commande des vaccins et l'organisation des vaccinations de vos travailleurs.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Les vaccinations contre la grippe

spmt arista peut organiser une campagne de vaccination annuelle contre la grippe dans votre entreprise.
Dans les entreprises, le virus de la grippe peut se propager rapidement. Si les médicaments antiviraux peuvent aider quand on est malade, ils n'empêcheront toutefois pas l'apparition de la grippe. La grippe vous oblige à garder le lit pendant au moins une semaine et il faut parfois attendre plusieurs semaines avant d'être complètement rétabli. Le mot d'ordre est donc la prévention, autrement dit, la vaccination.

Objectifs

La vaccination contre la grippe vous permet de protéger vos travailleurs et vous aidera également à limiter l'absentéisme pour cause de maladie durant la période hivernale. La vaccination réduit le risque de contracter la grippe.

Si toutefois, la grippe devait se déclarer, le vaccin permettra d'atténuer la maladie :
- **la grippe aura une évolution plus bénigne**
- **le risque de complications (telles que pneumonie ou problèmes cardiaques) sera réduit**
- **il y aura moins de risques qu'une pathologie préexistante ne s'aggrave en raison de la grippe.**

Pour qui ?

Tous les travailleurs intéressés par le sujet.

Contenu

spmt arista organise la vaccination contre la grippe de A à Z, sur base de la liste de vos travailleurs intéressés.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** et l'infirmier de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le vaccin doit être adapté chaque année car il évolue. La vaccination doit donc être répétée tous les ans. Il est préférable de se faire vacciner en automne. La protection débute deux semaines après l'administration du vaccin et dure au moins 6 mois.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse des risques médicaux

L'analyse des risques médicaux (que l'on appelle également analyse des risques de surveillance de santé) constitue la base de la surveillance de la santé et de la politique de santé des travailleurs. C'est le fondement de la mission de la médecine du travail : veiller au bien-être et à la santé des travailleurs.

Objectifs

L'objectif de ce service est d'analyser les risques pour la santé présents sur le lieu de travail, en vue d'optimiser la surveillance de santé et la politique de santé des travailleurs. Outre la détermination de l'ensemble des risques pour la santé auxquels sont exposés tous les travailleurs au travail, l'analyse des risques sert également de base pour déterminer quels travailleurs sont soumis ou non à la surveillance de la santé périodique. Comme les autres analyses de risques en matière de bien-être, l'analyse des risques de surveillance de santé est un processus dynamique permanent.

Contenu

Sur base des résultats de l'analyse permanente des risques, l'employeur établit les listes suivantes :

- une liste des postes de sécurité, des postes de vigilance, des activités à risque défini et des activités liées aux denrées alimentaires
- une liste nominative des travailleurs soumis obligatoirement à la surveillance de santé
- une liste nominative des travailleurs soumis aux vaccinations obligatoires ou aux tests tuberculiniques
- une liste nominative des travailleurs souhaitant bénéficier de la surveillance de santé.

Ces listes déterminent la périodicité des examens et sont annexées chaque année au plan d'action annuel, sur base de l'analyse des risques permanente. L'employeur ne peut supprimer aucun travailleur inscrit sur la liste nominative de surveillance de santé, ni apporter aucune modification à cette liste, sauf s'il a obtenu l'accord du conseiller en prévention-médecin du travail et du Comité pour la Prévention et la Protection.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Pour des raisons d'organisation, **spmt arista** vous demande de fournir la liste nominative des travailleurs de votre entreprise afin de les encoder dans sa base de données. Sur base de cette liste, **spmt arista** établit des listes nominatives pour la surveillance de santé ; ces listes reprennent tous les travailleurs soumis, ainsi que les risques auxquels ils sont exposés, et en conséquence, les examens et tests qu'ils doivent passer.

Ces listes nominatives sont établies à l'aide des résultats de l'analyse des risques, en collaboration avec l'employeur, le Service Interne de Prévention et de Protection de l'employeur, le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** et, le cas échéant, le conseiller en prévention du département de gestion des risques de **spmt arista**.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Visite d'entreprise – Visite systématique et périodique des lieux de travail

Comme la surveillance de santé, les visites des lieux de travail (également appelées visites d'entreprise) sont d'une grande importance. Outre l'évaluation de santé, la connaissance de l'environnement de travail et du poste de travail individuel doit permettre au conseiller en prévention-médecin du travail d'émettre un avis adéquat quant à l'aptitude du travailleur et l'éventuelle adaptation du travail en fonction de cette aptitude. Cette particularité différencie le médecin du travail de tous les autres médecins (médecins traitants, médecins-conseils de la mutualité, …). Seul le médecin du travail dispose en effet des informations les plus objectives concernant le travail. Le médecin du travail est ainsi extrêmement bien placé pour évaluer correctement les éventuels problèmes de santé et l'aptitude d'un travailleur.

Objectifs

Contribuer à l'analyse permanente des risques relative à la surveillance de santé, ainsi qu'aux autres domaines de la loi sur le bien-être (sécurité, ergonomie, hygiène industrielle, …), tant au niveau de l'ensemble des postes de travail qu'au niveau des postes de travail individuels. Les visites des lieux de travail contribuent à l'optimisation de la surveillance de la santé, ainsi qu'à la politique en matière de santé et de réintégration.

Contenu

Notre médecin du travail ou un autre conseiller en prévention (adjoint) effectue les visites d'entreprise avec votre conseiller en prévention interne et, le cas échéant, une délégation des travailleurs et de l'employeur. Tous les sujets relatifs au bien-être, tels que la sécurité, l'hygiène, l'organisation des premiers secours, … sont passés en revue à l'aide d'une check-list.

Durant la visite d'entreprise, le conseiller en prévention (adjoint) concerné effectuera, si nécessaire, des analyses et mesures simples. Il analysera également les accidents du travail, afin de pouvoir prendre, en concertation avec votre conseiller en prévention interne, des mesures immédiates et adéquates si des dangers et risques graves pour la santé sont constatés.

Si une analyse plus poussée s'avère nécessaire, le médecin du travail introduira, en concertation avec le conseiller en prévention interne, une demande d'intervention complémentaire auprès du département de gestion des risques de **spmt arista**.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** ou un autre conseiller un prévention de **spmt arista**.

Infos pratiques

Chaque année, le calendrier des visites d'entreprise à effectuer est fixé en collaboration avec votre SIPP.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Organisation des premiers secours

L'employeur est tenu de réaliser une analyse des risques spécifique relative aux premiers secours. En fonction de cette analyse des risques, l'employeur doit veiller à l'organisation adéquate des mesures de premiers secours.

Objectifs

L'organisation des premiers secours représente une obligation légale de l'employeur. Dans ce cadre, l'employeur demande l'avis du médecin du travail qui surveille l'organisation des premiers secours.
L'employeur doit prendre les mesures nécessaires afin de dispenser, dans les plus brefs délais, les premiers soins aux travailleurs victimes d'un accident ou d'un malaise. L'employeur doit également veiller à assurer le transport des travailleurs concernés, selon le cas soit vers le local de soins, soit à leur domicile, soit vers un établissement de soins. Si nécessaire, l'employeur doit organiser les contacts nécessaires avec les services spécialisés dans l'assistance médicale urgente, auxquels il peut être fait appel afin que les travailleurs concernés obtiennent le plus rapidement possible l'assistance médicale appropriée. Les premiers secours doivent pouvoir être dispensés pendant toute la durée du travail, et doivent pouvoir être appliqués aux entrepreneurs, sous-traitants et autres personnes présents sur le lieu de travail.

Contenu

La mission suivante est essentiellement réalisée durant la visite d'entreprise, à savoir :
- contrôler l'inventaire des secouristes industriels et le numéro de téléphone des services d'urgence
- définir et contrôler les informations et l'exactitude des instructions données aux secouristes/au personnel infirmier
- veiller à la qualité des ressources (locaux, matériel, boîtes de secours, …)
- signaler les pénuries de produits durant la visite annuelle (cette liste est contrôlée chaque année).

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** ou un autre conseiller un prévention de **spmt arista**.

Infos pratiques

Des avis plus poussés et plus spécialisés peuvent être demandés auprès du médecin du travail ou du département de gestion des risques.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Le rôle actif du médecin du travail dans la politique en matière de bien-être et de santé

Les conseillers en prévention-médecins du travail sont des prestataires très spécialisés qui, au vu de leur formation, peuvent maîtriser tous les domaines du bien-être (santé, ergonomie, risques psychosociaux, toxicologie et hygiène du travail, …). Ils peuvent ainsi contribuer au développement actif de la politique du bien-être de l'entreprise, en concertation avec l'employeur et les différents conseillers en prévention.

Objectifs

Grâce à la connaissance des différents domains de la prévention (ergonomie, risques psychosociaux, hygiène du travail, …) et à la collaboration qu'il entretient avec les conseillers en prévention spécialisés, et sur base des besoins de l'employeur et des travailleurs, le conseiller en prévention-médecin du travail contribue à établir :

- **une politique en matière de bien-être**
- **une politique en matière de santé**
- **une politique relative à l'absentéisme et à la réintégration.**

Contenu

Sur base des examens médicaux, des visites des lieux de travail, de la participation aux comités pour la prévention et la protection au travail, et de la collaboration avec les autres conseillers en prévention, une analyse permanente des besoins et des risques est réalisée en concertation avec l'employeur.
Sur base de cette analyse, le conseiller en prévention-médecin du travail peut contribuer au développement actif de la politique du bien-être de l'entreprise et mettre plus particulièrement l'accent sur, par exemple :

- les visites des postes de travail sur écran
- les audits HACCP
- la formation en ergonomie du travail sur écran
- les formations à la manutention manuelle de charges
- l'analyse des risques psychosociaux
- la formation à la résilience
- la formation en coaching pour les dirigeants
- la formation relative à un mode de vie sain
- …

Le médecin du travail devient gestionnaire d'une politique de prévention multidisciplinaire.
En outre, le médecin du travail peut mettre l'accent sur des avis concernant :

- l'organisation des postes de travail
- les facteurs d'environnement
- les agents physiques
- les produits dangereux et les agents cancérigènes
- les équipements de protection collective et individuelle
- la protection de la maternité
- l'organisation des premiers secours
- …

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Si nécessaire, le médecin du travail transmettra vos questions à nos experts du département de gestion des risques afin de pouvoir vous proposer la meilleure solution.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Participation au Comité pour la Prévention et la Protection au Travail (CPPT)

À votre demande, le conseiller en prévention-médecin du travail (et/ou un conseiller en prévention-expert du département de gestion des risques) participe aux réunions du Comité PPT.

Objectifs

Participer au Comité pour la Prévention et la Protection permet au médecin du travail de mieux connaître les besoins de l'employeur et des travailleurs, et de pouvoir ainsi contribuer à une politique dynamique en matière de bien-être et de santé.

Contenu

La participation au Comité PPT poursuit un double but : d'une part, répondre à toutes les questions de la délégation des travailleurs et de l'employeur et, d'autre part, informer et conseiller le Comité sur les sujets suivants :

- le rapport annuel de **spmt arista**, comprenant notamment les résultats collectifs de l'évaluation de santé
- la politique de réintégration
- les rapports des visites des lieux de travail
- les résultats des analyses et mesures
- le plan d'action annuel et le plan global de prévention
- toutes les autres informations pertinentes relatives au bien-être des travailleurs, notamment en ce qui concerne les modifications juridiques, les nouveaux risques, les nouvelles méthodes de travail, les équipements de protection individuelle, l'organisation des premiers secours, les produits dangereux et les agents cancérigènes, la protection de la maternité, …
- ...

À la demande de l'employeur et en fonction de l'ordre du jour du Comité, un conseiller en prévention-médecin du travail et/ou un conseiller en prévention-expert du département de gestion des risques de **spmt arista** participe au CPPT.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le conseiller en prévention-médecin du travail et/ou un conseiller en prévention-expert du département de gestion des risques de **spmt arista** participe toujours au Comité lors duquel est présenté le rapport annuel de **spmt arista**.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse des risques premiers secours en entreprise

L'analyse des risques premiers secours vous permet d'organiser les premiers secours de manière optimale dans votre entreprise. Elle est développée sous format papier et électronique, pour une facilité d'utilisation maximale.

Objectifs

- **Connaître le rôle de l'employeur.**
- **Etablir l'analyse des risques premiers secours dans l'entreprise.**
- **Etablir les procédures d'évacuation d'une victime blessée.**
- **Déterminer le nombre suffisant de secouristes, de personnes désignées ou d'infirmières.**
- **Connaitre le matériel de base de la trousse de secours.**
- **Apprendre l'utilité de la présence d'un défibrillateur externe automatisé dans une entreprise, d'un local des premiers soins, de matériel complémentaire.**
- **Informer sur le registre des premier soins.**
- **Rappeler les moyens pour alerter efficacement les services de secours.**

Contenu

- Rappel de la législation du Code livre Ier titre 5 relatif aux premiers secours.
- Etablir l'analyse des risques premiers secours dans l'entreprise.
- Déterminer le nombre, le contenu, la localisation du matériel de premiers secours (trousse de secours, DEA, local de premiers soins, douche, matériel spécifique à l'entreprise,…).
- Descriptifs de fonction des secouristes, des personnes désignées.
- Le Défibrillateur Externe Automatisé (D.E.A).
- Le registre des premiers soins.
- Les moyens pour alerter les services de secours.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et des besoins spécifiques.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Baromètre psy (screening du bien-être au travail lors des examens médicaux)

Le «baromètre psy» est un screening du bien-être au travail qui est réalisé durant les examens médicaux des travailleurs. Ce screening permet à **spmt arista** de rédiger une fois par an le «rapport psychosocial collectif et anonyme du médecin du travail». Il s'agit d'une obligation légale.

Objectifs

Rédiger chaque année le rapport psychosocial collectif et anonyme du médecin du travail (Code du bien-être, Livre Ier, Titre 3). Il s'agit d'une obligation légale.

Le baromètre psy poursuit également d'autres objectifs :

- **obtenir des chiffres objectifs**
- **contribuer à l'analyse des risques psychosociaux et à la politique de santé psychosociale**
- **comparer des départements au sein d'entreprises, tout en garantissant l'anonymat**
- **possibilité de mener des analyses de risques plus ciblées dans les départements à hauts risques, ce qui permet de travailler plus efficacement et d'économiser sur des analyses de risques trop vastes**
- **comparer avec d'autres entreprises et secteurs (benchmarking)**
- **permettre une collaboration et un alignement plus grands entre les médecins du travail et les conseillers en prévention-aspects psychosociaux (multidisciplinarité)**
- **présentation au Comité pour la Prévention et la Protection au Travail.**

Pour qui ?

Tous les travailleurs soumis à l'examen médical périodique.

Contenu

- Le travailleur doit répondre à 6 questions. Comme l'impose la législation, ces 6 questions se rapportent aux « 5 T ». Il s'agit des 5 classes de facteurs de risque, à savoir : le contenu du travail, l'organisation du travail, les conditions de vie au travail, les conditions de travail et les relations de travail. La sixième question porte sur le bien-être du travailleur.
- Les résultats sont annexés au rapport annuel de **spmt arista**.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Les résultats du questionnaire peuvent constituer une base objective pour la réalisation d'autres analyses de risques et interventions pour lesquelles **spmt arista** peut vous assister.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Medical Check up

Garantir le bien-être ainsi que la santé physique et mentale des travailleurs est aujourd'hui incontournable. Agir préventivement permet de prendre des mesures et ainsi de rester en bonne santé. Notre volonté est donc d'optimaliser le capital santé de vos travailleurs. La détection précoce des problèmes de santé permet en effet d'en limiter considérablement la durée et la gravité.

experconsult aborde la santé des travailleurs de 2 façons :
- via des examens médicaux de dépistage modulaires individuels
- en fournissant à l'entreprise les informations nécessaires pour la mise en place d'une « politique intégrée de santé et du bien-être ».

experconsult dispose d'un large réseau de médecins possédant l'expérience et l'expertise nécessaires dans la réalisation de check-up médicaux.

Nos médecins établissent un rapport individuel pour chaque travailleur examiné. Ils réalisent également un rapport collectif pour votre entreprise afin d'évaluer la santé « collective » des travailleurs examinés. Ce rapport comprend des données chiffrées concernant les facteurs de risques observés et fournit à votre entreprise les informations nécessaires pour développer une politique visant le maintien et l'amélioration du « capital santé humain ». L'accent est mis sur le fait qu'un travailleur en bonne santé est synonyme d'une entreprise en bonne santé, ce qui améliore le bien-être au travail.
Sur base du résultat de cette analyse, votre entreprise peut, le cas échéant, prendre des mesures afin de promouvoir la santé et le bien-être du personnel. **experconsult**, peut également vous aider dans la mise en place de ces mesures par l'intermédiaire de nos spécialistes médecins, diététiciens ou encore psychologues.

Objectifs

Promouvoir la santé et le bien-être des travailleurs au niveau individuel et collectif :
- **détecter les facteurs de risques et les problèmes de santé individuels**
- **évaluer l'état de santé au niveau collectif de l'entreprise.**

Contenu

- Dépistage des facteurs de risque pour la santé grâce à un questionnaire médical et une anamnèse médicale.
- Dépistage d'affections ou d'anomalies médicales grâce à un examen clinique et des examens biologiques.
- Examens complémentaires (ECG, …).
- Dépistage des problèmes psychosociaux grâce à un entretien psychologique.
- Rapport individuel pour chaque bénéficiaire.
- Rapport collectif pour l'entreprise.

Prestataires

Médecins, psychologues, diététiciens, infirmiers.

Infos pratiques

Vous pouvez choisir parmi 3 formules différentes :
- The « **Basics** »
- The « **Advantage** »
- The « **Expert** »

Le Check-up psychosocial est un module spécifique que vous pouvez prendre comme complément.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez ?
Nous serions heureux de vous aider.

experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

Service

BeFit Challenge

Les entreprises gagnent beaucoup en décidant d'investir dans la santé et le bien-être de leurs travailleurs. D'ailleurs, la plus-value est mutuelle. Des travailleurs, dans un état de bien-être général, se sentent plus en forme et ont un meilleur moral. L'intérêt de leur entreprise pour leur santé les valorise et renforce leur loyauté. Leur motivation dans leur travail s'en trouve améliorée. L'impact est positif à la fois au niveau personnel et collectif. Pour l'entreprise, cela signifie une meilleure productivité grâce à plus de motivation, d'énergie et de cohésion entre les travailleurs.

Pour les entreprises qui souhaitent investir dans le bien-être de leurs travailleurs, **experconsult** propose un Challenge alimentaire et physique autour de l'énergie, de l'esprit d'équipe et du fun.

BeFit Challenge, ce sont des défis hebdomadaires pendant plusieurs mois ainsi que des actions ponctuelles. Les conseils pratiques et faciles pour mettre en place de nouveaux comportements ainsi que l'encouragement régulier pourront permettre à vos travailleurs d'adopter de nouvelles habitudes de vie et d'acquérir de nouvelles compétences, aux niveaux alimentaire et physique, en accord avec leur mode de vie et leurs représentations de la santé.
Nous basons nos actions sur l'amélioration de leur ressenti énergétique, sur le renforcement de la cohésion sociale et sur le respect de l'équité entre les travailleurs.

BeFit Challenge contient :
- l'accès à une application avec login pour chaque employé participant
- une newsletter hebdomadaire
- l'organisation d'un défi bien-être pour l'entreprise
- une remise de prix en fin de session.

Objectifs

- **Améliorer le bien-être et accroître l'énergie perçus par les travailleurs.**
- **Améliorer leurs connaissances sur l'alimentation et les guider vers de meilleurs choix alimentaires.**
- **Renforcer la pratique d'activité physique régulière.**
- **Augmenter la cohésion sociale autour de ces deux thématiques.**
- **Respecter l'équité et les habitudes de vie.**

Contenu

- Mise en place de nouvelles habitudes de vie au niveau alimentaire et physique des employés, grâce à la réalisation régulière des défis.
- Réalisation d'un défi d'entreprise personnalisé pour renforcer la motivation des participants.
- Renforcement de la cohésion sociale dans l'entreprise grâce à la création d'équipes.
- Rapport d'évaluation collectif.

Infos pratiques

Devis personnalisé en fonction de la taille de l'entreprise et du nombre de participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez ?
Nous serions heureux de vous aider.

experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

Service

BeFit Food – Les ateliers

L'alimentation fait partie des déterminants essentiels à une bonne santé. Une mauvaise alimentation conduit à de nombreux problèmes de santé chroniques comme le diabète, les maladies cardio-vasculaires ou certains cancers. Il s'agit donc d'une thématique incontournable en prévention de la santé.

Le temps passé au travail est considérable, c'est donc un milieu propice pour agir. Grâce à une meilleure alimentation, les travailleurs se sentent plus énergiques et ont un meilleur moral. Leur motivation dans leur travail s'en trouve améliorée. L'impact est positif à la fois au niveau personnel et collectif.

experconsult vous propose différents ateliers pour aider les travailleurs à acquérir de meilleurs comportements alimentaires et les guider à faire de meilleurs choix alimentaires, en fonction de leurs représentations de la santé et de leurs modes de vie.

Nous organisons des ateliers « Lunch and Learn », composés d'un repas et d'une discussion autour de l'alimentation saine.
Nous organisons un atelier sous forme de Quizz sur les idées reçues de l'alimentation. Le quizz peut être choisi sous forme d'une animation avec un animateur mais le matériel et le support peuvent également être commandés, isolément.
Nous organisons un atelier sur le Nutri-Score avec de la documentation spécifique.

Ces différents ateliers combinent plusieurs aspects : informatif, ludique et pratique.
Si vous le souhaitez, nous pouvons également effectuer un audit spécialisé axé sur le bien-être de vos employés tournant autour de ces différents thèmes.

Objectifs

- **Améliorer les connaissances sur l'alimentation.**
- **Guider vers de meilleurs choix alimentaires.**
- **Donner des conseils applicables par les travailleurs dans leur vie quotidienne.**

Contenu

- Sensibilisation à l'alimentation saine, sur base de la pyramide alimentaire.
- Séance de questions / réponses.
- Dégustation d'un repas équilibré (petit déjeuner ou lunch).

Prestataires

Diététiciens, collaborateurs **experconsult**.

Infos pratiques

Devis personnalisé, en fonction de la demande. Approvisionnement à charge de l'entreprise.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez ?
Nous serions heureux de vous aider.

experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

Service

BeFit Food – Teamwork

experconsult vous propose des ateliers culinaires sous forme de «teamwork» ou «team building». Les participants sont invités à cuisiner ou à créer («black box») une recette ensemble ainsi qu'à partager un repas convivial.
Ce type d'activité permet aux participants de découvrir ou d'approfondir des compétences culinaires ainsi que de découvrir de nouveaux aliments ou saveurs grâce à des recettes simples, savoureuses et saines. La réalisation en groupe permet de partager des savoirs et des savoir-faire culinaires entre les participants et avec le diététicien présent sur place.
Le partage des tâches ainsi que la collaboration entre les participants sont analysés par un psychologue. Ce dernier peut ainsi analyser la dynamique du groupe, les conflits potentiels et les gérer. Le but est d'améliorer la cohésion de groupe grâce à une activité créative et réconciliante.

Objectifs

- **Résoudre de potentiels conflits de groupe, apprendre à bien collaborer.**
- **Créer une cohésion sociale autour de la préparation et du partage du repas.**
- **Encourager les transferts de savoirs et de savoir-faire entre les participants.**
- **Acquérir ou développer des compétences culinaires.**

Contenu

- Renforcement de l'esprit d'équipe autour de la création ou réalisation d'une recette en groupe.
- Mise en application de compétences culinaires et amélioration des connaissances sur l'alimentation saine.
- Désamorçage et analyse des conflits.
- Feed-back du psychologue.

Prestataires

Diététiciens, psychologues, collaborateurs **experconsult**.

Infos pratiques

Approvisionnement et location à charge de l'entreprise (devis).
L'atelier se réalise dans l'entreprise (si locaux adaptés) ou dans des locaux extérieurs (à charge de l'entreprise).

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez ?
Nous serions heureux de vous aider.

experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

Service

BeFit Move

Le travail sur écran en position assise de longue durée et la sédentarité qui peut l'accompagner, peuvent avoir des conséquences néfastes sur notre santé. De nombreuses études le prouvent, instaurer une véritable politique de prévention de la sédentarité en entreprise a pour effet de réduire le stress et le risque de développer certaines maladies (troubles musculo-squelettiques, diabète, tension artérielle, obésité, cancer, …) ainsi que d'améliorer la qualité de vie et le bien-être global de vos travailleurs (amélioration de la concentration, du sommeil, de la digestion, de la mémoire).

Pour vous aider à implanter une politique cohérente et efficace de prévention, nous avons mis au point le produit **BeFit** qui allie conseils d'experts, analyses spécifiques des lieux de travail, formations et outils de communication.

Nous organisons :

- des séances d'information et de sensibilisation avec de la documentation et du matériel spécifique. Ces séances peuvent se compléter avec d'autres activités (applications d'exercices, animations, joggings,...)
- des formations spécifiques données par nos experts et adaptées à vos besoins
- des visites des lieux de travail et des analyses des postes de travail en entreprise par des ergonomes
- des coachings « train the trainer ».

Objectifs

- **Prévenir la sédentarité au travail et les troubles musculo-squelettiques.**

Contenu

- Accompagnement de l'entreprise à la création d'une politique d'activité physique régulière.
- Formation des travailleurs à réaliser des exercices réguliers au travail pour lutter contre la sédentarité.
- Prévention des troubles musculo-squelettiques grâce à des conseils d'ergonomie et une analyse des postes de travail.

Prestataires

Ergonomes, kinésithérapeutes, collaborateurs **experconsult**.

Infos pratiques

Devis personnalisé, en fonction de la demande.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez ?
Nous serions heureux de vous aider.

experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

Formation de base

Secourisme

La présence de personnes capables de dispenser les premiers soins en cas d'urgence diminue considérablement le risque d'accident dans votre entreprise.
Le secouriste doit disposer des connaissances et aptitudes pour appliquer les principes de premiers secours sur base de l'article 1.5-8 du code du bien-être au travail.
L'employeur détermine le nombre de secouristes en fonction du nombre de travailleurs occupés dans son entreprise et des risques liés aux activités de son entreprise, ou autrement dit, en fonction des résultats de l'analyse des risques. À ce propos, n'hésitez pas à consulter votre conseiller en prévention ou le médecin du travail de **spmt arista**.

Objectifs

À l'aide d'exercices pratiques et d'un minimum de théorie, les secouristes apprennent certaines techniques de base pour :

- **savoir effectuer les gestes et avoir les réflexes adaptés en cas d'urgence**
- **pouvoir intervenir de manière adéquate et rapidement dans des situations d'urgence**
- **connaître leurs responsabilités en tant que secouristes et savoir les assumer**
- **connaître leurs limites d'action en tant que secouristes.**

Pour qui ?

La formation s'adresse à tout travailleur. Toutefois, un des critères de réussite pour l'obtention du certificat de secouriste est de pouvoir effectuer une réanimation cardio-pulmonaire, c'est-à-dire, pouvoir s'agenouiller et exercer une force musculaire suffisante au niveau des bras (un état avancé de grossesse est en conséquence déconseillé).

Contenu

- Cadre légal.
- Rôle du secouriste.
- Appel des secours.
- Prise en charge d'une victime inconsciente.
- Sécurité, évacuation et déplacement.
- Problèmes circulatoires.
- Problèmes respiratoires.
- Lésions de l'appareil locomoteur et traumatismes particuliers.
- Problèmes liés à l'environnement.
- Troubles et malaises particuliers.
- Techniques du secouriste (position latérale de sécurité, bandages, …).

Formateur

Nos formateurs expérimentés et ayant bénéficié d'une formation médicale possèdent une expérience pratique en matière de soins d'urgence et de formation.

Méthode utilisée

Vos collaborateurs sont formés à devenir des secouristes brevetés par le biais d'une méthode interactive (exercices pratiques, simulations d'accident, jeux de rôle).

Infos pratiques

Durée : 3 jours complets avec présence obligatoire des 3 jours. Maximum 12 personnes.
Certificat : en cas de pleine réussite de cette formation, le participant se verra remettre un brevet de secourisme industriel.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Chaque participant reçoit un registre des interventions de premiers secours.
spmt arista est agréé par le SPF Emploi, Travail et Concertation Sociale pour les cours de secourisme.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage

Secourisme

La formation annuelle suivante est obligatoire sur la base de l'article I. 5-8 et vise à maintenir les secouristes à un niveau optimal de connaissance, de savoir-faire et de savoir-être, ce qui leur permet d'effectuer les gestes réflexes adaptés aux situations d'urgence qui se présentent, tout en contrôlant la situation.
Ce recyclage permet à l'employeur de continuer à satisfaire aux éventuelles exigences légales concernant le secourisme dans son entreprise.

Objectifs

Remise à niveau des connaissances et de la pratique en matière de secourisme.
Par exemple :

- **techniques de réanimation, positions de sécurité, plaies, infarctus, épilepsie, hémorragies, fractures et autres situations de danger**
- **échange d'expérience en matière de situations d'urgence vécues**
- **mise à jour des connaissances et discussion de nouvelles approches comme la réanimation et ce, selon les dernières directives de l'ERC.**

Pour qui ?

Pour des secouristes souhaitant rester des secouristes brevetés.
Le travailleur doit toujours être capable de s'agenouiller et d'exercer une force musculaire suffisante dans le but d'entreprendre une réanimation cardio-pulmonaire.

Formateur

Nos formateurs expérimentés et ayant bénéficié d'une formation médicale possèdent une expérience pratique en matière de soins d'urgence et de formation.

Méthode utilisée

La partie théorique est complétée par une large mise en pratique. La formation alterne jeux de rôle, simulations d'accident et exercices pratiques.
La formation tient compte de l'expérience que les secouristes ont acquise au sein de leur entreprise.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée ou 1 journée. Maximum 12 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

spmt arista est agréé par le SPF Emploi, Travail et Concertation Sociale pour les cours de secourisme.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Secourisme pédiatrique (0-12 ans)

Toutes personnes travaillant dans une institution prenant en charge des nourrissons ou des enfants (de 0 à 12 ans) doivent être capables d'appliquer les premiers gestes qui sauvent.

Objectifs

Lors de cette formation, nous abordons principalement :

- **les principes de base du secourisme**
- **la réanimation chez le nourrisson et l'enfant**
- **l'utilisation du défibrillateur externe automatisé et l'application de la position latérale de sécurité**
- **des exercices pratiques de réanimation sur un mannequin de nourrisson ou d'enfant**

Pour qui ?

Tout travailleur intéressé.
Toutefois, nous demandons de pouvoir s'agenouiller et être capable d'exercer une force musculaire suffisante au niveau des bras pour pouvoir effectuer une réanimation cardio-pulmonaire correcte. (Un état avancé de grossesse est en conséquence déconseillé).

Contenu

- Les dangers typiques encourus par les enfants et les principes de base du secourisme.
- Le plan par étape de la réanimation selon les directives en vigueur de l'ERC et la conscience.
- La respiration.
- Exercices de réanimation d'enfants sur mannequins.
- Manœuvres en cas d'étouffement et d'étranglement.
- Position latérale de sécurité.

La formation est adaptée sur mesure aux premiers secours sur enfants de 0 à 3 ans et sur enfants de 2,5 ans à 12 ans.

Formateur

Nos formateurs expérimentés et ayant bénéficié d'une formation médicale possèdent une expérience pratique en matière de soins d'urgence et de formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée ou 1 journée. Maximum 12 personnes.
Chaque participant reçoit un registre des interventions de premiers secours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Défibrillateur Externe Automatisé – DEA

De nombreuses institutions disposent aujourd'hui d'un défibrillateur externe. Il est important pour les personnes qui travaillent auprès de ces DEA d'apprendre à maîtriser les bons gestes et réflexes afin de s'en servir adéquatement en cas d'urgence.

Objectifs

- **Utiliser un DEA et comprendre l'importance de la réanimation cardio-pulmonaire (RCP).**
- **Etre capable de jauger l'état de conscience d'une victime et d'évaluer ses fonctions vitales.**
- **Réaliser des compressions thoraciques externes.**
- **Pratiquer une ventilation artificielle.**
- **Mettre en PLS (position latérale de sécurité) une victime qui respire.**

Pour qui ?

Tout travailleur capable de s'agenouiller et d'exercer une force musculaire suffisante au niveau des bras (un état avancé de grossesse est par conséquent déconseillé).

Contenu

- Démonstration de l'utilisation du DEA au cours d'une réanimation cardio-pulmonaire.
- Notions théoriques :
  - statistiques
  - la chaine de survie
  - cadre légal
  - la bonne localisation
  - la fibrillation
  - explications des étapes d'une réanimation accompagnée du DEA.
- Entrainement à la réanimation de base.
- Entrainement à la réanimation accompagnée du DEA.
- Précautions d'utilisation du DEA.
- Mises en situation.
- Position Latérale de Sécurité.
- Technique de désobstruction sur un adulte et un enfant > 1 an.
- Réanimation sur un enfant > 1 an accompagnée du DEA.
- Technique de désobstruction sur un bébé.
- Réanimation sur un bébé.

Formateur

Formateur spécifiquement formé et actif dans les secours d'urgence.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs.
La formation alterne entre théorie et exercices de réflexion.

Infos pratiques

Durée : 1 journée pour les non secouristes. 1 demi-journée pour les secouristes.
Maximum 12 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

spmt arista est agréé par le SPF Emploi, Travail et Concertation Sociale pour les cours de secourisme.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Initiation aux premiers gestes et à l'appel d'urgence

Toute entreprise doit disposer de personnes pouvant prendre en charge des blessés, dans chaque établissement où elle occupe du personnel. Cette information permet à tout travailleur d'apprendre à poser les bons gestes pour assurer une prise en charge adéquate.

Objectifs

Permettre aux participants de prendre un blessé en charge de manière adéquate en attendant l'arrivée des secours et d'appeler les secours de la manière la plus appropriée.

Pour qui ?

Tout public. Pas de prérequis exigé.

Contenu

- Règles Essentielles d'Intervention.
- Appel des secours.
- Gestes et réflexes : comment faire face aux hémorragies, brûlures, traumatismes locomoteurs.
- Premiers gestes.
- Apprentissage de la technique de désobstruction d'une victime en train de s'étouffer.
- Démonstration de la réanimation cardio-pulmonaire avec un DEA.

Formateur

Formateur spécifiquement formé et actif dans les secours d'urgence.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs.
La théorie, la pratique et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée pour les secouristes.
Cette formation peut également se dérouler durant une journée pour les non-secouristes. Le formateur prévoit alors des jeux de rôles pour mettre en pratique la théorie apprise durant la matinée. Maximum 12 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

spmt arista est agréé par le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale pour les cours de secourisme.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

Protection de la maternité

Cette session d'information rappelle l'ensemble des règles qui prévalent lorsqu'une travailleuse est enceinte. Les différents aspects légaux sont abordés, ainsi que leur implication pratique pour l'organisation.

Objectifs

Rappeler les grandes lignes de la démarche d'évaluation du risque, les obligations de la ligne hiérarchique, les obligations des travailleurs, l'indemnisation en cas d'écartement, répondre aux interrogations diverses.

Pour qui ?

La session peut s'adresser à la ligne hiérarchique et à tout groupe de travailleurs.
Pas de prérequis nécessaire.

Contenu

Cette présentation débute par le cadrage des mesures relatives à la surveillance de la santé des travailleurs prévu dans le code du Bien-Etre et les obligations légales qu concernent les travailleuses enceintes et les travailleuses allaitantes. La session donne des directives pratiques pour une politique interne concrète.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs sur des situations pratiques de l'entreprise.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

Information annuelle en radioprotection

Conformément à l'Arrêté royal du 20 juillet 2001 portant règlement général de la protection de la population, des travailleurs et de l'environnement contre le danger des rayonnements ionisants, l'exploitant, et par défaut le chef d'entreprise, organise l'information des travailleurs susceptibles d'être exposés aux rayonnements ionisants, avant leur affectation au poste de travail.

Objectifs

Répondre à l'obligation d'information annuelle obligatoire prévue à l'article 25 de l'AR du 20 juillet 2001 et portant sur :

- **les risques pour la santé et les premiers soins éventuels**
- **les normes de base concernant la radioprotection**
- **les règles de bonne pratique**
- **les consignes d'urgence**
- **…**

Pour qui ?

La session s'adresse aux travailleurs exposés, aux apprentis, aux étudiants et à toute personne susceptible d'être exposée professionnellement aux rayonnements ionisants.
Pas de prérequis nécessaire ; les exposés sont adaptés au public concerné.

Contenu

L'information porte notamment sur :

- les risques du travail pour la santé et les premiers soins éventuels
- les normes de base concernant la protection contre l'exposition aux rayonnements ionisants
- les règles de bonne pratique assurant une protection efficace et les précautions collectives et individuelles à prendre
- la signification des signaux d'avertissement, des symboles et mentions dont l'utilisation est imposée par le présent règlement
- les consignes d'urgence au niveau du poste de travail et les plans d'urgence de l'entreprise
- l'importance de se conformer aux prescriptions techniques et médicales
- la gestion sûre des sources scellées de haute activité et les risques possibles d'une perte de contrôle adéquat des sources scellées de haute activité.

De plus, une attention particulière sera réservée à l'information des femmes. Celles-ci seront sensibilisées au risque des rayonnements ionisants pour l'embryon et le fœtus et donc à la nécessité et au devoir d'une déclaration de grossesse aussi précoce que possible. Elles seront également informées du risque de contaminer le nourrisson allaité au sein en cas de contamination radioactive corporelle.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** agréé pour la surveillance de santé des travailleurs exposés.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs sur des situations pratiques de l'entreprise. Plusieurs informations sont possibles en fonction des spécificités de l'entreprise ou du secteur (par exemple : radiologie interventionnelle, médecine nucléaire, manipulation de radioisotopes dans le secteur de la recherche, …).

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Des formations supplémentaires optionnelles sur les risques biologiques liés aux rayonnements et sur les risques liés aux rayonnements ionisants dans les hôpitaux peuvent être dispensées à la demande.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation - Sensibilisation

Diabète

Le diabète est la maladie du 21e siècle. On estime qu'un adulte sur dix souffre déjà du diabète en Belgique. Et on s'attend à une forte augmentation des cas dans les années à venir. De plus en plus de personnes souffrent par ailleurs de prédiabète qui est le stade préliminaire du diabète. Le diabète entraîne de nombreuses complications. Une visite régulière chez le médecin traitant et chez le spécialiste deviennent une nécessité.

Objectifs

Sensibilisation et prévention du diabète. Le diabète et le prédiabète ont un impact inévitable sur le bien-être, la productivité et l'absentéisme au sein de l'entreprise. Les travailleurs sur écran peuvent notamment diminuer leur risque de diabète en bougeant régulièrement. Cette session complète parfaitement les formations relatives à l'ergonomie du travail sur écran et à l'importance de l'activité physique.

Pour qui ?

L'ensemble des travailleurs, et plus particulièrement les travailleurs qui travaillent longuement sur écran.

Contenu

Aspects abordés : l'incidence, les complications, le prédiabète et la prévention. À la fin de la formation, chaque travailleur peut déterminer son risque de diabète.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

L'importance de l'activité physique

«Sitting disease is the new smoking». Depuis un certain temps, les effets nocifs engendrés par la position assise prolongée sur la santé sont comparés dans le monde anglo-saxon aux effets de la fumée de tabac. La station assise prolongée a en effet des conséquences non-négligeables : un risque accru de maladies cardio-vasculaires, d'affections métaboliques telles que le diabète et l'ostéoporose, d'affections d'ordre psychosocial (stress, burnout,...) et même de cancers ! La sédentarité fait également partie des facteurs à l'origine de l'augmentation des troubles du sommeil.

Objectifs

Bouger au travail présente de nombreux avantages en matière d'ergonomie du travail sur écran et permet donc de réduire l'absentéisme pour TMS (troubles musculo-squelettiques). Promouvoir l'activité physique au sein de votre entreprise vous permet d'avoir des travailleurs en meilleure santé et plus heureux. Cette formation complète parfaitement les formations relatives à l'ergonomie du travail sur écran, au diabète, aux troubles du sommeil et aux affections d'ordre psychosocial (burnout).

Pour qui ?

L'ensemble des travailleurs.

Contenu

- Comment agit l'(in)activité physique sur le corps ?
- Pourquoi est-il tellement important de bouger, même pendant les heures de travail ?
- Description des effets de l'activité physique sur la santé.
- Directives internationales.
- Conseils pour bouger davantage et astuces pour le travail sur écran.
- Exercices pratiques à réaliser au bureau.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** ou un conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

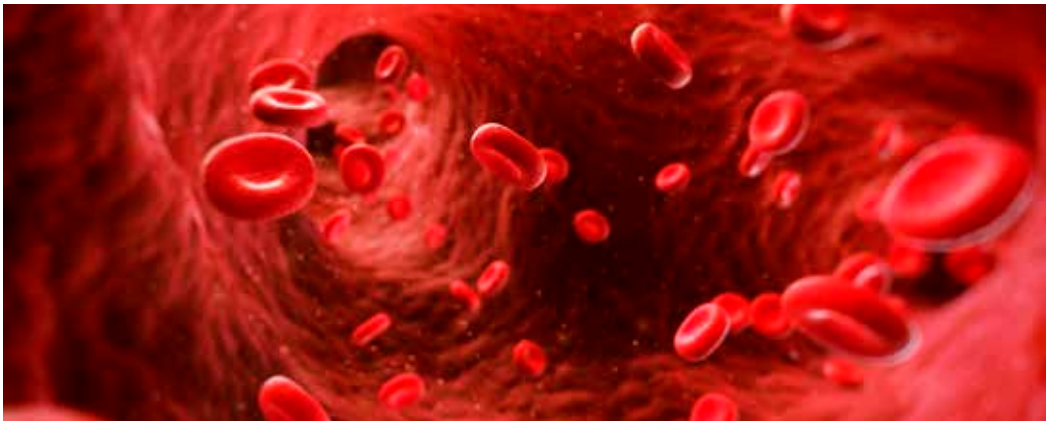
Formation – Session d'information

Les maladies infectieuses. La triade des maladies transmissibles par voie sanguine : l'hépatite B et C et le VIH

L'Hépatite B et C et le VIH sont trois maladies infectieuses transmissibles notamment par voie sanguine. Sensibilisés, vos travailleurs pourront mieux se protéger contre ces maladies infectieuses. Ils apprendront par ailleurs à mieux se comporter avec les personnes avec lesquelles ils ont un contact professionnel et qui sont porteuses de ces maladies infectieuses.

Objectifs

Sensibilisation aux principales maladies infectieuses transmissibles par voie sanguine.



Pour qui ?

Principalement les travailleurs du secteur de la santé et du secteur social, qui sont potentiellement en contact avec ces maladies infectieuses.

Contenu

Pour chaque maladie infectieuse, les éléments sont abordés :
- incidence (fréquence)
- micro-organisme responsable
- voie de transmission
- symptômes
- complications
- prévention.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** ou un conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

Vivre sainement

Comment rester en bonne santé ? Votre santé physique et mentale sont en partie entre vos mains. Bouger suffisamment, avoir une alimentation équilibrée, dormir suffisamment, prendre le temps de se détendre et ne pas fumer, voilà les éléments qui vous mettront sur la bonne voie.

Objectifs — **Donner des conseils utiles pour une bonne santé au travail et au delà.**

Pour qui ? — Pour tous les travailleurs.

Contenu

- L'importance de l'alimentation et de l'activité physique.
- Les maladies et leur prévention primaire/secondaire/tertiaire.

Formateur — Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée — Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

Information sur les trajets de réintégration des travailleurs en incapacité de travail

Cette information aborde les principaux aspects légaux entrés en vigueur suite à la législation relative à la réintégration conformément au code du bien-être au travail (Articles 1.4-72 à I.4-82). Nous traitons plus particulièrement des conditions auxquelles doit répondre une demande pour être valable, ainsi que du suivi des travailleurs définitivement inaptes.
Nous abordons également brièvement les principaux aspects pouvant conduire à l'absentéisme et qui constituent dès lors des déterminants de la politique de réintégration.

Objectifs

- **Informer de manière complète sur le concept de « trajet de réintégration », sur ses objectifs, son déroulement et ses conséquences possibles.**
- **Expliquer le rôle du médecin du travail et des autres acteurs.**
- **Donner des conseils en matière de prévention de l'absentéisme, qu'elle soit primaire ou secondaire.**
- **Répondre aux interrogations diverses.**

Pour qui ?

La session s'adresse à tous les intervenants qui jouent un rôle dans le processus de réintégration d'un travailleur en congé maladie de longue durée (employeurs, syndicats, responsables des ressources humaines, conseillers en prévention dans tous les domaines, …).
Pas de prérequis nécessaire.

Contenu

- Passage en revue des dispositions légales.
- Explication du trajet de réintégration : qui peut le demander, quand et dans quel objectif ?
- Rôles respectifs du médecin-conseil des mutualités et du médecin du travail.
- Quelles sont les décisions possibles à l'issue d'un trajet de réintégration ?
- Qu'est-ce qu'un plan de réintégration ? Qui le rédige ? Que doit-il contenir ? Est-il obligatoire ?
- Notions de prévention primaire et secondaire de l'absentéisme.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Exposé PowerPoint et échanges interactifs sur des situations pratiques de l'entreprise.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

La surveillance de la santé des travailleurs et les incapacités médicales

Cette session expose le rôle et les possibilités du service externe en matière de surveillance de santé des travailleurs. Les travailleurs en incapacité temporaire ou définitive représentent un défi pour toute entreprise. Il est parfois possible d'adapter le poste de travail ou parfois, une demande de réintégration aboutit à un licenciement pour raisons médicales.
Quelles sont les obligations, les possibilités légales et les procédures à appliquer?
Les possibilités sont expliquées à l'aide de cas concrets.

Objectifs

Comprendre les différentes formes de surveillance de santé assurées par le service externe, ainsi que les possibilités et limites du médecin du travail.

Pour qui ?

Ligne hiérarchique, formation syndicale, conseillers en prévention.

Contenu

Cette présentation débute par le cadrage de la surveillance de la santé dans le code du bien-être au travail. L'orateur décrit ensuite le contenu et les modalités du formulaire d'évaluation de santé, les différents types d'examens et les possibilités. La session se termine par une explication de la procédure d'appel. Des documents types sont mis à la disposition.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

Les cytostatiques en dehors de la pharmacie et dans les soins à domicile

Nous assistons actuellement à un mouvement de glissement des traitements par cytostatiques des cliniques vers les polycliniques et les centres de traitement de jour.
Il y a également un mouvement de glissement des soins apportés à ces patients de l'hôpital vers les soins à domicile.
Cette session donne une vision globale concrète des obligations et des points essentiels.

Objectifs

Donner un aperçu des risques professionnels encourus par les travailleurs des soins à domicile, en ce qui concerne l'exposition aux cytostatiques, ainsi que des mesures à prendre pour leur éviter cette exposition.

Pour qui ?

La ligne hiérarchique et les travailleurs du secteur des soins à domicile.

Contenu

Cette présentation débute par une brève explication du concept de 'cytostatiques'. L'orateur décrit ensuite le risque lié à l'exposition lors de l'utilisation dans le secteur des soins à domicile. Il illustre les moyens de protection recommandés et les pratiques sûres dans la manipulation des excrétions. Il fournit des directives pratiques à l'attention du conseiller en prévention interne pour la rédaction d'une politique interne. Du temps est également prévu pour un questions-réponses.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

L'aptitude à la conduite

Les chauffeurs de poids lourds, les conducteurs de bus et les travailleurs affectés au transport rémunéré de personnes doivent disposer d'une sélection médicale de groupe 2. L'attestation d'aptitude à la conduite est délivrée par le conseiller en prévention-médecin du travail.

Objectifs

Cette session permet d'avoir une vue d'ensemble des obligations légales de l'employeur, ainsi qu'un aperçu des points concrets essentiels. Le fonctionnement pratique est expliqué à l'aide de cas concrets.

Pour qui ?

Ligne hiérarchique, formation syndicale, conseillers en prévention.

Contenu

La présentation répond à plusieurs questions fréquentes telles que la différence entre la sélection médicale et un poste de sécurité. La session met essentiellement l'accent sur la pratique. Du temps est également prévu pour un questions-réponses.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Session d'information

La grippe

La grippe est une maladie sous-estimée qui entraîne chaque année un nombre important de décès prématurés et qui a un impact économique significatif. Cette session donne une vue d'ensemble d'ordre pratique de cette maladie, ainsi que des possibilités d'en limiter l'impact pour l'entreprise.

Objectifs

Comprendre les effets sur la santé de la grippe, ainsi que les possibles mesures atténuantes.

Pour qui ?

Ligne hiérarchique, formation syndicale, conseillers en prévention.

Contenu

La présentation expose les principaux effets néfastes pour la santé qu'engendre la grippe, ainsi que les moyens de limiter au maximum cet impact, entre autres par le biais d'une politique de vaccination. Du temps est également prévu pour un questions-réponses.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Présentation Powerpoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

La vaccination contre la grippe pour les collaborateurs de la santé

C'est chaque année la même histoire, la grippe est de nouveau à nos portes. Non seulement le personnel soignant et le personnel du secteur des soins de santé courent un risque important de contracter la grippe, mais ils peuvent également très rapidement contaminer les patients ou les résidents qu'ils côtoient.

Objectifs

Informer les travailleurs quant à la vaccination contre la grippe.

Pour qui ?

Pour tout travailleur
Pour les dirigeants
Pour les membres du CPPT.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 30-45 minutes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Le rôle du médecin du travail dans la politique en matière d'alcool et de drogues

Objectifs

- **Informer quant aux dangers de l'alcool et des drogues, ainsi que sur les dispositions légales pertinentes (CCT 100, …) en matière d'alcool et de drogues au travail.**
- **Description du rôle des collègues et du dirigeant.**
- **Description détaillée du rôle du médecin du travail.**

Pour qui ?

Pour les dirigeants.
Pour les membres du CPPT.

Contenu

- Problématique.
- Informations quant aux dangers de l'alcool et des drogues.
- Les effets de l'alcool sur la santé.
- Les effets des médicaments sur la santé.
- Les effets des drogues sur la santé.
- Les effets au niveau de l'organisation.
- Cadre légal (CCT 100, …).
- Les piliers d'une politique efficace en matière d'alcool et de drogues.
- Le rôle des collègues.
- Le rôle du dirigeant.
- Le rôle du médecin du travail (principes légaux et éthiques, tests et examens possibles, exemples, …).
- Questions-réponses.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.
Au vu des informations données, le médecin du travail peut ensuite participer à l'étape logique suivante qui est la rédaction d'une politique en matière d'alcool et de drogues.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

La prévention des accidents par piqûre

Objectifs

Cette formation est en lien direct avec la formation relative aux affections transmissibles par le sang et la formation relative aux techniques de vaccination.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse essentiellement au personnel infirmier qui peut être victime d'accidents par piqûre lors des vaccinations, prises de sang et autres actes.
La formation s'adresse également aux autres travailleurs qui peuvent avoir un contact accidentel avec du sang ou des éclaboussures de sang.
Pour tous les membres du CPPT.

Contenu

- Préparation d'une vaccination.
- Technique de vaccination.
- Accidents par piqûre.
- Les affections transmissibles par le sang : quels sont les micro-organismes transmissibles en cas d'accidents par piqûre ?
- La prévention des accidents par piqûre.
- La prophylaxie post-exposition après un accident par piqûre.
- Les procédures.
- Les autres problèmes lors de la vaccination.
- Conclusion.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Le travail de nuit et le travail posté

Le travail de nuit et le travail posté nuisent à la santé des travailleurs, c'est un fait qui est maintenant bien connu. Comment veiller au bien-être des travailleurs occupés dans ce régime de travail ? Qu'est-ce que 'l'horloge biologique interne' et quelles sont les mesures de prévention que peut prendre l'employeur à l'égard de ces travailleurs ? Cette formation offre des réponses à ces différentes questions.

Objectifs

Formation concernant les différents types de travail de nuit et de travail posté, et concernant les dispositions légales. Description de l'horloge biologique interne, des rythmes jour-nuit normaux, de l'impact sur la santé en cas de perturbation de ces rythmes en raison du travail de nuit et du travail posté. Description des mesures de prévention individuelles et collectives.

Pour qui ?

Le contenu peut être légèrement adapté en fonction du public cible :
- les travailleurs en travail de nuit ou posté
- les dirigeants
- les membres du CPPT.

Contenu

- Le travail posté – introduction : types, dispositions légales, schémas possibles.
- Rythme jour-nuit.
- Les effets du travail de nuit et du travail posté sur la santé.
- Les mesures de prévention :
  - au niveau organisationnel
    - conseils à l'attention des employeurs
    - engineering
  - au niveau individuel
    - conseils à l'attention des travailleurs
    - l'importance d'avoir un sommeil sain, de bouger et de manger sainement et d'avoir un mode de vie sain.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 participants.
Très important : l'importance d'avoir un sommeil sain, de bouger et de manger sainement et d'avoir un mode de vie sain peut faire l'objet de formations distinctes dispensées aux travailleurs.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

3

Aspects psychosociaux

Service

Sélection et formation sur mesure des personnes de confiance

Les personnes de confiance contribuent à la prévention des risques psychosociaux au travail. Elles interviennent en première ligne par rapport aux problématiques de mal-être (stress, burnout, conflit, violence, harcèlement moral ou sexuel au travail, …).
Elles sont disponibles au sein de l'organisation pour accueillir et dispenser à leurs collègues une écoute, des conseils, un soutien et participer de manière informelle à la recherche d'une solution (intervention auprès d'un tiers, conciliation, …).

Objectifs

Les conseillers en prévention aspects psychosociaux accompagnent l'employeur et le SIPP dans toutes les étapes liées à la désignation, la formation et l'accompagnement des personnes de confiance au sein de l'organisation.

Contenu

Les différentes étapes de mise en place des personnes que nous recommandons sont :

- la mise en place d'un comité de pilotage afin d'établir le profil de fonction et l'appel à candidature
- l'appel à candidature et communication de la description du rôle et des missions de la personne de confiance
- le screening des candidatures
- la sensibilisation des candidats à la mission de personnes de confiance
- l'épreuve de sélection des candidats
- la finalisation de la sélection en comité de pilotage
- la présentation en Comité de Prévention en vue de l'approbation des candidats
- la formation des personnes de confiance désignées (5 jours)
- la réunion de clôture du comité de pilotage : clarification des modalités pratiques, communication de l'identité des nouvelles personnes de confiance, adaptation du règlement de travail, fixation d'un agenda de supervisions, et de formation continue.

Une fois les personnes de confiance établies dans leur fonction, les conseillers en prévention aspects psychosociaux peuvent les accompagner dans leurs missions, en fonction des besoins se présentant (conseils, échanges, formation, supervision).

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction des besoins spécifiques en terme d'accompagnement.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Assuétudes : mieux les comprendre pour pouvoir mieux les gérer

De plus en plus d'employeurs du secteur privé et public se positionnent clairement en matière d'alcool et de drogue en élaborant une politique préventive. Ils la concrétisent au moyen de règles et de procédures concernant la consommation et la disponibilité de boissons alcoolisées dans l'organisation afin d'éviter et/ou cadrer les comportements abusifs.

Objectifs

Les conseillers en prévention aspects psychosociaux de spmt arista accompagnent l'organisation dans la réflexion et la mise en place d'une procédure spécifique en cas de consommation de substances ou de problèmes d'assuétudes.
Dans le cadre de l'accompagnement, spmt arista a établi un guide pratique reprenant plusieurs outils pour mettre en œuvre une politique de prévention des assuétudes au sein d'une organisation (rôles et responsabilités des différents acteurs, étapes d'élaboration, canevas d'entretien, listing des services d'aide). Ce manuel reprend les étapes nécessaires à l'élaboration d'un plan de prévention en matière d'alcool et de drogue. Ce guide est à mettre en parallèle avec une brochure d'information dans laquelle se retrouvent les informations relatives au cadre légal.
Il s'agit d'une part de sensibiliser le personnel en matière de consommation et d'assuétudes au travail, et d'autre part de sensibiliser le management à la prévention et à la prise en charge de cette problématique.

Contenu

Pour la création d'une politique de prévention en matière d'assuétude au travail, les conseillers en prévention aspects psychosociaux de **spmt arista** vous accompagnent dans les 10 étapes suivantes :

- désignation du chef de projet
- information du personnel
- création d'un comité de pilotage/suivi
- définition du cadre de la politique
- création de la procédure
- avis du Comité de prévention et du Conseil d'entreprise
- intégration au règlement du travail
- communication au personnel
- formation et sensibilisation pour les travailleurs ainsi que pour la ligne hiérarchique
- évaluation de la politique.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction des besoins spécifiques en terme d'accompagnement.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse des risques psychosociaux via entretiens individuels (< 30 travailleurs)

Afin d'éviter le stress en entreprise, l'employeur est dans l'obligation, conformément à la législation, d'évaluer les sources collectives de stress et mettre en place des actions pour les combattre. C'est ce que la législation désigne sous le terme « analyse des risques psychosociaux ». Les risques psychosociaux au travail sont définis comme la probabilité qu'un ou plusieurs travailleurs subissent un dommage psychique qui peut également s'accompagner d'un dommage physique, suite à l'exposition à des composantes de l'organisation du travail, du contenu du travail, des conditions de travail, des conditions de vie au travail et des relations interpersonnelles au travail, sur lesquelles l'employeur a un impact et qui comportent objectivement un danger.

spmt arista propose de rencontrer les travailleurs en entretien individuel pour les questionner sur :
- les sources de stress/d'insatisfaction au travail
- les sources de satisfaction au travail
- les besoins et attentes du travailleur
- le niveau de bien-être du travailleur.

La durée d'un entretien individuel varie entre 45 min et 1h. Un cadre de confidentialité des échanges est garanti et seules les données collectives sont transmises à l'employeur.

Objectifs

Identifier les risques psychosociaux spécifiques à une organisation afin de prendre des actions nécessaires pour les prévenir, pour prévenir les dommages en découlant ou pour limiter ces dommages.

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage (Kick off) afin de déterminer les modalités pratiques de l'analyse des risques psychosociaux en concertation avec les membres du groupe de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Passation du questionnaire qualitatif.
- Traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport.
- Présentation du rapport au comité de pilotage.
- Présentation du rapport à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le questionnaire qualitatif est une méthodologie pertinente pour une population inférieure ou égale à 30 travailleurs.
L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et des besoins spécifiques.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse ciblée sur les risques psychosociaux prioritaires (< 50 travailleurs)

Afin d'éviter le stress en entreprise, l'employeur est dans l'obligation, conformément à la législation, d'évaluer les sources collectives de stress et mettre en place des actions pour les combattre. C'est ce que la législation désigne sous le terme « analyse des risques psychosociaux ».
Les risques psychosociaux au travail sont définis comme la probabilité qu'un ou plusieurs travailleurs subissent un dommage psychique qui peut également s'accompagner d'un dommage physique, suite à l'exposition à des composantes de l'organisation du travail, du contenu du travail, des conditions de travail, des conditions de vie au travail et des relations interpersonnelles au travail, sur lesquelles l'employeur a un impact et qui comportent objectivement un danger.
spmt arista propose un questionnaire qualitatif reprenant des questions ouvertes sur :

- les sources de stress/d'insatisfaction au travail
- les sources de satisfactions au travail
- les besoins et attentes des travailleurs
- le niveau de bien-être des travailleurs.

Le questionnaire qualitatif permet une expression écrite libre des travailleurs, il existe dans les 3 langues nationales et permet un traitement collectif et anonyme des données recueillies.

Objectifs

Identifier les risques psychosociaux spécifiques à une organisation afin de prendre des actions nécessaires pour les prévenir, pour prévenir les dommages en découlant ou pour limiter ces dommages.

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage (Kick off) afin de déterminer les modalités pratiques de l'analyse des risques psychosociaux en concertation avec les membres du groupe de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Passation du questionnaire qualitatif.
- Traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport.
- Présentation du rapport au comité de pilotage.
- Présentation du rapport à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le questionnaire qualitatif est une méthodologie pertinente pour une population inférieure à 50 travailleurs.
L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et des besoins spécifiques.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

ARIPSO : analyse des risques labellisée à grande échelle (> 60 travailleurs)

Afin d'analyser et de prévenir les risques psychosociaux en entreprise, l'employeur est dans l'obligation, conformément à la législation, d'évaluer les dangers présents dans son entreprise et de prendre des mesures de prévention au niveau collectif pour prévenir les dommages à la santé des travailleurs. C'est ce que la législation désigne sous le terme « analyse des risques psychosociaux ».
Les risques psychosociaux au travail sont définis comme « la probabilité qu'un ou plusieurs travailleurs subissent un dommage psychique qui peut également s'accompagner d'un dommage physique, suite à l'exposition à des composantes de l'organisation du travail, du contenu du travail, des conditions de travail, des conditions de vie au travail et des relations interpersonnelles au travail, sur lesquelles l'employeur a un impact et qui comportent objectivement un danger ».
spmt arista a développé en 2007 son propre outil d'analyse des risques psychosociaux, via une méthode quantitative, baptisé **ARIPSO**. Lors de sa conception et à chaque évolution de l'outil, notamment suite aux changements législatifs, celui-ci a été validé statistiquement et scientifiquement. **ARIPSO** est un questionnaire comprenant 84 questions qui existe dans les 3 langues nationales et qui permet un traitement assurant la confidentialité des données individuelles. Accompagné d'un profil professionnel, il permet aussi d'affiner les résultats, en maintenant toujours l'anonymat des répondants.

Objectifs

Identifier les risques psychosociaux de l'entreprise via un questionnaire quantitatif, dans l'objectif de prendre des actions nécessaires pour prévenir les risques psychosociaux, pour prévenir les dommages en découlant ou pour limiter ces dommages (prévention primaire, secondaire et tertiaire).

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage (Kick off) afin de déterminer les modalités pratiques de l'analyse des risques psychosociaux en concertation avec les membres du groupe de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Passation du questionnaire (possibilité online).
- Encodage et traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport intermédiaire.
- Présentation du rapport intermédiaire au comité de pilotage.
- Rédaction du rapport final.
- Présentation du rapport final à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

L'ARIPSO est une méthodologie pertinente pour une population de plus de 60 travailleurs.
Il existe divers modes de passation de l'ARIPSO : envoi du questionnaire en ligne ou par courrier papier, organisation de séances de passation, …
L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et des besoins spécifiques.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Focus group : analyse participative des risques psychosociaux (< 80 travailleurs)

Afin d'éviter le stress en entreprise, l'employeur est dans l'obligation, conformément à la législation, d'évaluer les sources collectives de stress et mettre en place des actions pour les combattre. C'est ce que la législation désigne sous le terme « analyse des risques psychosociaux ».
Les risques psychosociaux au travail sont définis comme la probabilité qu'un ou plusieurs travailleurs subissent un dommage psychique qui peut également s'accompagner d'un dommage physique, suite à l'exposition à des composantes de l'organisation du travail, du contenu du travail, des conditions de travail, des conditions de vie au travail et des relations interpersonnelles au travail, sur lesquelles l'employeur a un impact et qui comportent objectivement un danger.
spmt arista propose de rencontrer les travailleurs en groupe pour les questionner sur :

- les sources de stress/d'insatisfaction au travail
- les sources de satisfaction au travail
- les besoins et attentes du travailleur.

La durée d'un focus group varie entre 3h et 4h. Un cadre de confidentialité des échanges est garanti et seules les données collectives sont transmises à l'employeur.

Objectifs

Identifier les risques psychosociaux spécifiques à une organisation afin de prendre des actions nécessaires pour les prévenir, pour prévenir les dommages en découlant ou pour limiter ces dommages.

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage (Kick off) afin de déterminer les modalités pratiques de l'analyse des risques psychosociaux en concertation avec les membres du groupe de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Passation du questionnaire qualitatif.
- Traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport.
- Présentation du rapport au comité de pilotage.
- Présentation du rapport à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le focus group est une méthodologie pertinente pour une population inférieure ou égale à 80 travailleurs.
L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et des besoins spécifiques.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Accompagnement lors d'un événement potentiellement traumatisant

Des événements graves et inattendus peuvent survenir sur le lieu du travail : décès, accident de travail grave, fortes violences internes ou externes, … Ces événements potentiellement traumatisants ont un impact sur les travailleurs concernés par l'événement (impliqués directement ou indirectement) et sur le fonctionnement de l'organisation. La mise en place d'un dispositif de gestion de crise est essentiel pour limiter les impacts émotionnels, prendre en charge l'accompagnement collectif et individuel des travailleurs en souffrance avec une éventuelle structure de soutien psychosocial et psychologique, et faciliter la reprise de l'activité.

Objectifs

Avant l'événement, des mesures de prévention peuvent être mises en place avec l'aide des experts de spmt arista :

- **sensibilisation de la ligne hiérarchique, de l'employeur et des personnes ressources sur les événements potentiellement traumatisants, leurs conséquences sur les individus et l'organisation, la manière de réagir vis-à-vis des travailleurs concernés (impliqués directs, impliqués indirects) et de l'ensemble de l'organisation**
- **élaboration d'un plan d'intervention dans lequel les rôles de chacun sont établis au préalable.**

Après l'événement, pour soutenir les travailleurs concernés par l'événement potentiellement traumatisant, spmt arista met à disposition des experts pour :

- **conseiller l'employeur/la ligne hiérarchique à la gestion de l'événement en interne (au moment même de l'événement)**
- **réaliser des interventions adaptées (notamment des débriefings psychologiques) collectives ou individuelles avec les travailleurs impliqués directement ou indirectement par l'événement.**

Contenu

- Prise de contact avec notre secrétariat psychosocial (**FR** 02/533 74 88, **NL** 02/533 74 44, **DE** 02/533 98 77).
- Premier contact téléphonique rapide avec un expert afin de conseiller l'employeur/la ligne hiérarchique et l'aider à gérer la situation de crise.
- En fonction des besoins :
  - rencontre entre l'expert et l'employeur/la ligne hiérarchique/les personnes ressources de l'entreprise pour les aider à gérer la situation de crise
  - rencontre avec l'expert dans le cadre de débriefings collectifs et individuels pour les travailleurs
  - en fonction des besoins des travailleurs/de la ligne hiérarchique/de l'employeur, les rencontres avec l'expert pourront être répétées.
- Accompagnement de l'employeur/la ligne hiérarchique pour la réalisation du bilan de la gestion de la crise.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Secrétariat psychosocial : **FR** 02/533 74 88 • **NL** 02/533 74 44 • **DE** 02/533 98 77

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Souffrance au travail : intervention psychosociale individuelle

Surmenage, harcèlement, violence, stress, conflits, burn-out … les cas de souffrance au travail sont de plus en plus nombreux en Belgique. Les causes sont multiples et se cumulent généralement pour former des problématiques individuelles complexes. Dans la législation, on parle de risques psychosociaux.

Objectifs

Tout travailleur soumis à des risques psychosociaux peut demander un rendez-vous avec un conseiller en prévention aspects psychosociaux dont il trouve les coordonnées dans son règlement de travail :

- **Il accueille le travailleur en toute confidentialité**
- **Il lui offre une écoute et un cadre sécurisant pour évoquer sa situation**
- **Il conseille le travailleur**
- **Il envisage avec le travailleur les différentes possibilités d'action pour solutionner sa situation problématique**
- **Il traite la demande du travailleur en toute impartialité (par exemple par le biais d'une conciliation, une intervention auprès d'un tiers, …).**

Contenu

La prise en charge d'une demande psychosociale individuelle s'articule selon ces étapes :

- Le travailleur prend contact avec le secrétariat psychosocial (**FR** 02/533 74 88, **NL** 02/533 74 44, **DE** 02/533 98 77)
- Le travailleur remplit le « questionnaire demandeur » et le renvoie au secrétariat psychosocial
- Un premier entretien d'écoute, d'accueil et de conseil avec le conseiller en prévention aspects psychosociaux est organisé. Suite à ce premier entretien, le travailleur a la possibilité d'entamer :
  - **Soit une demande d'intervention psychosociale informelle**
    Cela consiste en la recherche d'une solution de manière informelle par le biais, notamment :
    - d'entretien(s) comprenant l'accueil, l'écoute et le conseil
    - d'une intervention auprès d'une autre personne de l'entreprise, notamment auprès d'un membre de la ligne hiérarchique
    - d'une conciliation entre les personnes impliquées moyennant leur accord.
  - **Soit une demande d'intervention psychosociale formelle**
    Si le travailleur ne désire pas faire usage de l'intervention psychosociale informelle ou si celle-ci n'aboutit pas à une solution, le travailleur peut introduire une demande d'intervention psychosociale formelle.
    Celle-ci peut se décliner de trois façons en fonction des risques décrits par le travailleur :
    - demande d'intervention psychosociale formelle à caractère principalement collectif (pour risques psychosociaux)
    - demande d'intervention psychosociale formelle à caractère principalement individuel (pour risques psychosociaux)
    - demande d'intervention psychosociale formelle individuelle pour faits de violence, harcèlement moral ou sexuel au travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Secrétariat psychosocial : **FR** 02/533 74 88 • **NL** 02/533 74 44 • **DE** 02/533 98 77

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Enthusiastic teams@work

Lorsque les collaborateurs peuvent effectuer leur travail conformément à leurs propres valeurs et talents, cela leur permet de donner à leur travail un sens et une signification plus forts, ce qui a non seulement un impact positif sur leur propre satisfaction et motivation, mais permet également d'augmenter la qualité du travail fourni et le rendement de l'organisation. En outre, le soutien social apporté par le dirigeant et/ou un collègue représente une source importante de soutien et de valorisation qui peut agir comme tampon en cas d'exigences de travail élevées. Ces aspects sont mis en pratique au travers de différents ateliers. Miser sur ces aspects permet à une organisation de donner une interprétation positive au concept du bien-être au travail, en cherchant à atteindre la résilience et l'enthousiasme chez les collaborateurs.

Objectifs

Les ateliers ont pour but de comprendre ses propres valeurs, talents et sources de soutien social. En avoir une meilleure compréhension permet aux collaborateurs de faire, au quotidien, un usage conscient de leurs valeurs, talents et soutien social comme facteur de protection de leur bien-être mental. Les ateliers sont axés sur la conscientisation aux valeurs, talents et sources de soutien social qui sont importants pour chacun des participants, ainsi que sur la réflexion à propos de ces trois aspects et le ressenti qu'ils entraînent. Après avoir suivi un ou plusieurs ateliers thématiques (sur les valeurs, les talents et/ou le soutien social), une séance d'échange peut être organisée pour réfléchir, en groupe, aux connaissances, aux expériences et à l'éventuel développement que l'on a acquis grâce à (aux) l'atelier(s) précédent(s).

Pour qui ?

Toutes les équipes, y compris leur dirigeant direct, qui souhaitent mettre en œuvre le bien-être au travail à partir d'une approche positive.

Contenu

Enthusiastic teams@work se compose d'une série de quatre ateliers différents. Les trois ateliers thématiques portent sur les valeurs, les talents et le soutien social. Le dernier atelier – la séance d'échange – est destinée à être organisé après le(s) autre(s) atelier(s). L'employeur est libre de composer le trajet qu'il souhaite, soit en optant pour tous les modules ; soit en choisissant un ou plusieurs modules en fonction des besoins spécifiques de l'entreprise.

- Atelier 1 : Valeurs (1 jour).
- Atelier 2 : Talents (1 jour).
- Atelier 3 : Soutien social (0,5 jour).
- Atelier 4 : Séance d'échange (0,5 jour).

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Les ateliers peuvent être organisés dans votre entreprise ou dans un lieu externe (la préférence va à un lieu externe). Maximum 12 personnes.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Formation de base

Personnes de confiance

La législation relative à la prévention des risques psychosociaux au travail (Titre 3 - Prévention des risques psychosociaux au travail - code du bien-être au travail) oblige l'employeur à mettre en place une politique interne de prévention et des procédures relatives à celle-ci. Il peut également désigner des personnes de confiance. Dans ce cas, il doit veiller à ce que les personnes de confiance disposent, dans les deux ans qui suivent leur désignation, des compétences en termes de savoir-faire et des connaissances requises à l'exercice de leurs missions.

La formation dispensée par **spmt arista** permet aux personnes de confiance de répondre aux prescrits légaux, d'appréhender au mieux le cadre de leurs missions et de développer des compétences pour mener des entretiens interpersonnels.

Objectifs

Cette formation a pour but de fournir aux participants les connaissances et compétences nécessaires en matière de législation, de procédures et d'intervention psychosociale, telles que déterminées par le code du bien-être au travail.

Pour qui ?

Personnes de confiance désignées dans le cadre de le code du bien-être au travail.
Personnes de confiance désignées dans le cadre des législations précédentes et n'ayant pas encore suivi de formation leur permettant d'exercer cette fonction.

Contenu

- Cadre légal pour les structures de prévention et les acteurs concernés.
- Cadre légal relatif au rôle et au statut de la personne de confiance et du conseiller en prévention aspects psychosociaux.
- Risques psychosociaux au travail : stress, burnout, conflits, incidents critiques, assuétudes, organisation du travail, contenu du travail, conditions de travail, conditions de vie au travail, relations interpersonnelles au travail, violence, harcèlement, …
- Procédures prévues par la législation.
- Principes de base pour la gestion des situations à problèmes, mise en œuvre d'une intervention psychosociale, techniques d'entretiens.

A l'issue de la formation, les personnes de confiance formées, et qui le souhaitent, sont intégrées dans le réseau de suivi de formation continuée de spmt arista.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation alterne théorie et pratique, exercices de réflexion, groupes de travail et jeux de rôle. La formation se base sur l'expérience concrète des participants et se construit sur ces thèmes d'après un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active de chacun.

Infos pratiques

Durée : 5 jours. De 8 à 12 participants maximum.
Participation obligatoire à l'ensemble des journées, lors d'une même session.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage / Supervision

Personnes de confiance

La formation continue des personnes de confiance est un élément important dans la prévention de la charge psychosociale au sein de votre entreprise/institution. Cette journée de recyclage est organisée à la suite de la formation de base pour les personnes de confiance et leur offre l'occasion de s'arrêter sur leur pratique et de réfléchir aux situations qu'elles ont pu expérimenter.

Objectifs

La journée de recyclage a pour but d'approfondir leurs connaissances et d'optimaliser leurs compétences (par exemple les techniques d'entretien, la conciliation). Des échanges d'expériences trouvent leur place dans une atmosphère de confidentialité. Cela donne également la possibilité aux personnes de confiance de créer leurs réseaux entre professionnels (networking).

Pour qui ?

Les personnes de confiance qui ont suivi une formation de base.

Contenu

L'ordre du jour est prédéterminé mais peut évoluer en fonction des attentes des participants.

Par exemple :
- échanges d'expérience
- approfondissement de certains thèmes
- discussion autour d'études de cas (par les pairs)
- entraînement aux techniques d'entretien
- networking.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Le recyclage alterne théorie et pratique, exercices de réflexion, groupes de travail et jeux de rôle. Le recyclage se base sur l'expérience concrète des participants et se construit sur ces thèmes d'après un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active de chacun.

Infos pratiques

Durée : 1 journée. De 8 à 12 participants maximum.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Sensibilisation des managers aux techniques de réinsertion professionnelle

Pour favoriser le dialogue autour des questions d'absentéisme, l'entretien de retour est l'un des moyens mis à la disposition des managers. Il permet d'identifier les raisons qui l'ont conduit le travailleur à s'absenter : surcharge de travail, problèmes de santé, mauvais état d'esprit au sein de l'équipe, problèmes personnels, …
L'objectif est de pallier les difficultés rencontrées avant le retour au travail du salarié afin de lui permettre un retour au travail serein et dans de bonnes conditions.
Les chances de retour au travail sont inversement proportionnelles à la durée de l'incapacité de travail. Dès lors, les prises de contact durant l'absence d'un collaborateur et l'entretien de soutien sont indispensables dans ce cas. Il s'agit d'abord d'écouter le travailleur exposer les conséquences de son état de santé afin d'en tirer des enseignements pour l'avenir. Mais cet entretien est également l'occasion de converser avec le travailleur sur les modalités de sa réinsertion dans l'organisation.
La conduite de ces 2 types d'entretien ne s'improvise pas et il est essentiel d'y former les managers, ainsi qu'à la problématique globale de l'absentéisme.

Objectifs

Sensibiliser les managers aux techniques de réinsertion professionnelle.

Contenu

- Définition : désinsertion professionnelle.
- Catégories d'absences.
- Pourquoi s'intéresser à l'absentéisme ?
- Modélisation.
- Causes de l'absentéisme.
- Enjeux pour le travailleur et l'employeur.
- Stratégie de prévention de la désinsertion :
  - Détection des signaux avant-coureurs
  - L'évènement déclenchant
  - Les étapes du processus d'accompagnement vers le retour au travail
  - Entretien de retour au travail : mise en pratique
  - Conditions de réussite.
- Absences répétées de courte durée.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Sensibilisation d'une journée avec mise en place d'exercices pratico-pratiques collant à la réalité de terrain des managers. Pour ce faire, il serait adéquat que les exercices soient coconstruits avec un membre des RH.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Sensibilisation ligne hiérarchique

Prévenir les risques psychosociaux au travail

En vertu des dispositions légales concernant la prévention des risques psychosociaux au travail, l'employeur est tenu de mettre en place une politique interne de prévention concernant ces risques. La sensibilisation et l'information de la ligne hiérarchique sur cette matière spécifique constitue une étape importante de cette politique.

Objectifs

- **Informer sur la législation relative aux risques psychosociaux au travail.**
- **Approfondir les notions de harcèlement (HM/HS) et de violence au travail et les distinguer d'autres concepts proches.**
- **Analyser le cadre légal et ses applications sur le terrain : définitions et missions des intervenants (personnes de confiance, conseiller en prévention compétent pour les aspects psychosociaux, rôle des délégués syndicaux,…).**
- **Connaître ses obligations en tant que membre de la ligne hiérarchique.**

Pour qui ?

Les employeurs.
Les membres de la ligne hiérarchique.
Les collaborateurs des Ressources Humaines.

Contenu

- Cadre légal du bien-être psychosocial au travail : présentation de la loi et des obligations de l'employeur, de la ligne hiérarchique et des travailleurs.
- Définitions et exemples de risques psychosociaux.
- Procédure de traitement des plaintes.
- Le registre de faits de tiers.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La sensibilisation se base sur une alternance d'exposés théoriques et d'exemples, d'illustrations issues de la pratique afin de favoriser l'interactivité.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Sensibilisation personnel

Prévenir les risques psychosociaux au travail

Le code du bien-être (Titre 3 - Prévention des risques psychosociaux au travail) obligent les employeurs à informer l'ensemble de leurs travailleurs sur la procédure interne en vigueur par rapport à ces risques. Les risques psychosociaux, en effet, exigent une attention et des actions particulières.
Ces séances de sensibilisation ont pour but d'informer les travailleurs sur la loi concernant cette problématique et ses implications pratiques. Les participants prendront connaissance de la manière dont ils peuvent apporter leur soutien à la politique de prévention mise en place par leur employeur.

Objectifs

- **Connaître l'information concernant la législation sur la protection contre la violence, le harcèlement moral et sexuel au travail.**
- **Approfondir les notions de harcèlement (HM/HS) et de violence au travail et les distinguer d'autres concepts proches.**
- **Analyser le cadre légal et ses applications sur le terrain : définitions et missions des intervenants (personnes de confiance, conseiller en prévention compétent pour les aspects psychosociaux, rôle des délégués syndicaux, …).**
- **Maîtriser l'ensemble du dispositif mis en place par l'entreprise/institution.**

Pour qui ?

Tout le monde.

Contenu

- Description des risques psychosociaux et des phénomènes de conflit, harcèlement et comportements apparentés.
- Les principaux principes de la loi : la politique de prévention et les actions possibles pour le travailleur.
- L'impact sur les personnes concernées et l'organisation.
- Les risques organisationnels.
- Le rôle des différents acteurs.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Cette sensibilisation est basée sur des explications théoriques, des exemples et illustrations venant de la pratique du terrain afin de favoriser l'interactivité.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 50 participants.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Sensibilisation ligne hiérarchique

Phénomène d'assuétudes au travail (alcool, drogues et médicaments)

Cette séance de sensibilisation trouve idéalement sa place après qu'une politique préventive en matière d'alcool et drogues a été implémentée dans votre entreprise/institution.
En tant que membres de la ligne hiérarchique, vous êtes amenés à mettre en place et faire respecter au sein de votre entreprise/institution la politique de prévention concernant la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments. Dans la pratique vous avez donc une place importante. Accompagner cette problématique requiert une formation. Si vous le souhaitez, le conseiller en prévention pour les aspects psychosociaux peut former un certain nombre de personnes en interne pour qu'elles puissent donner la formation elles-mêmes dans l'entreprise. Les sessions de formations peuvent également être données en collaboration avec le personnel du service interne de prévention.

Objectifs

- **Sensibilisation dans le cadre de la convention collective de travail (CCT) 100.**
- **Comprendre les causes, les conséquences et les facteurs de risque.**
- **Etre capable de mener un entretien constructif avec un employé à l'occasion de consommation occasionnelle ou chronique au travail.**
- **Implémenter de manière efficace et pratique la nouvelle politique de prévention au sein de l'entreprise.**

Pour qui ?

Les employeurs.
Les membres de la ligne hiérarchique.
Les collaborateurs des Ressources Humaines.

Contenu

- Cadre légal.
- Quelques statistiques.
- Information concernant l'alcool et les drogues.
- Le phénomène de dépendance : facteurs de risques et conséquences.
- Le co-alcoolisme.
- La procédure au sein de votre entreprise.
- Le rôle de la ligne hiérarchique.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La sensibilisation est basée sur une explication théorique et débouche sur un nombre de compétences acquises par la participation active des participants, les exercices de réflexion, les études de cas et les jeux de rôles.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 12 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Sensibilisation personnel

Phénomène d'assuétudes au travail (alcool, drogues et médicaments)

L'alcool et les drogues affectent le bien-être et la sécurité au travail. Sensibiliser vos collaborateurs à cette problématique doit légalement faire partie de votre politique de prévention dans ce domaine. Cette séance de sensibilisation trouve idéalement sa place après qu'une politique préventive en matière d'alcool et drogues a été implémentée dans votre entreprise/institution.
Si vous le souhaitez, le conseiller en prévention pour les aspects psychosociaux peut former un certain nombre de personnes en interne pour qu'elles puissent donner la formation elles-mêmes dans l'entreprise. Les sessions de formations peuvent également être données en collaboration avec le personnel du service interne de prévention.

Objectifs

- **Sensibilisation et information par rapport à la CCT 100.**
- **Comprendre les causes, les conséquences et les facteurs de risque.**
- **Différencier une consommation excessive d'une dépendance à l'alcool et aux drogues.**
- **Adopter les réactions adéquates en tant que collègue.**
- **Connaître la politique d'entreprise et le règlement interne.**

Pour qui ?

L'ensemble du personnel.

Contenu

- Cadre légal.
- Quelques statistiques.
- Information concernant l'alcool et les drogues.
- Le phénomène de dépendance : facteurs de risques et conséquences.
- Le co-alcoolisme.
- La procédure en sein de votre entreprise.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La sensibilisation est basée sur une explication théorique, des exemples et un quiz pour favoriser l'interactivité.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 30 participants.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Gérer l'agressivité verbale au travail

Tension, frustration, colère… font de plus en plus partie du quotidien de certains postes de travail. Ce type de sentiment peut induire de la part des tiers des comportements agressifs. Ces comportements agressifs peuvent être de nature psychologique et/ou physique. On parle d'agression verbale et /ou physique. Il se peut que nous soyons témoins de comportements agressifs au sein de l'entreprise/institution, nous pouvons en être victimes ou encore être mis en position de médiateur. Comment gérer ces situations ?

Objectifs

A l'issue de la formation, les participants disposeront de la connaissance et d'outils pour gérer les comportements agressifs au travail.

Pour qui ?

Toute personne ayant des contacts avec des externes (public, clients, patients, …).
Collaborateurs des Ressources Humaines.
Conseillers en prévention internes (bien-être psychosocial).

Contenu

- Définition et cadre légal.
- Causes et conséquences de l'agressivité.
- Différentes formes d'agressivité et les attitudes adéquates à adopter.
- Comment éviter l'agressivité par des techniques de communication adéquates : le comportement non-verbal, la posture, le contact visuel, la façon de communiquer une mauvaise nouvelle, les différences culturelles, les contacts téléphoniques et écrits, …
- Comment détecter les signaux avant-coureurs d'agression possible.
- Les techniques pour désamorcer un comportement agressif.
- Les mesures à prendre lorsque l'agressivité ne peut être évitée.
- Prendre conscience de ses propres modes de réactions face à l'agressivité.
- S'entraîner à utiliser des attitudes adéquates pour faire face à l'agressivité.
- S'entraîner à la pratique des outils de communication pour faire face à l'agressivité.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation se base sur l'expérience concrète des participants et se construit d'après un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active de chacun. La formation alterne théorie et pratique, exercices de réflexion, groupes de travail et jeux de rôle.

Infos pratiques

Durée : 2 jours. Maximum 12 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Gérer les conflits au travail

Les tensions, les désaccords, les conflits entre collègues font partie du quotidien dans les groupes. Ces situations peuvent causer une charge psychosociale supplémentaire et influencer la motivation au travail, entre autres.
Il est essentiel de gérer les conflits.
Comment gérer les tensions et les conflits de manière efficace dans un groupe ou une organisation ?

Objectifs

- **Se sensibiliser au concept de conflit.**
- **Comprendre les mécanismes et les dynamiques des conflits.**
- **Connaître et pouvoir détecter les facteurs de risques pouvant favoriser l'apparition de conflits.**
- **S'entraîner à l'utilisation des outils de gestion des conflits.**

Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique, les collaborateurs des ressources humaines, le Service Interne de Prévention et de Protection au Travail.

Contenu

- Notion de conflit : aspects positifs et négatifs.
- Typologie des conflits.
- Distinction entre le conflit et des concepts voisins.
- Comment réagir face aux conflits : techniques d'entretien et de conciliation.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.
Ils disposent d'une large expérience pratique dans la gestion des conflits et sont donc les formateurs idéaux pour sensibiliser les travailleurs

Méthode utilisée

La formation est fondée sur l'expérience concrète des participants et se veut interactive. Elle suppose une participation active de chacun. La formation alterne théorie et pratique, exercices de réflexion, groupes de travail et jeux de rôle.

Infos pratiques

Durée : 1 à 2 jours. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Information sur l'approche des événements potentiellement traumatisants

A l'heure actuelle, beaucoup de personnes ressources au sein de l'entreprise sont amenées à intervenir lorsqu'un événement choquant et potentiellement traumatisant s'est produit (personnes de confiance, managers, RH, etc....). Toutefois, cela n'est pas sans difficultés. Quels sont les bons mots, les bons gestes, lorsqu'un travailleur est sous le choc d'un événement de ce type ? Comment gérer ses propres réactions émotionnelles et agir en conséquence ?

Objectifs

Être informé sur :

- **le phénomène/la problématique des événements choquants et potentiellement traumatisants (incidents critiques)**
- **les conséquences psychologiques pour les travailleurs impliqués et pour l'organisation du travail**
- **les actions à mener en tant que personne pouvant être en contact avec les personnes impliquées dans ce type d'événement, par sa fonction.**

Pour qui ?

Toute personne qui par ses fonctions est très rapidement amenée à être en contact avec les victimes suite à un évènement choquant.

Contenu

- Caractéristiques d'un événement choquant et potentiellement traumatisant.
- Réactions des personnes impliquées.
- Conséquences.
- Besoins des personnes impliquées.
- Principes d'intervention.
- Rôle de la ligne hiérarchique.

Méthode utilisée

La formation se base sur l'expérience concrète des participants et se construit sur ces thèmes d'après un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active de chacun. La formation alterne théorie et pratique, exercices de réflexion et jeux de rôle.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**, experts en accompagnement d'événements choquants et potentiellement traumatisants.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 12 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Evénement potentiellement traumatisant en entreprise : se préparer à l'imprévisible

Certains événements de la vie au travail peuvent être choquants et potentiellement traumatisants, et affecter le fonctionnement habituel de l'entreprise et de ses travailleurs. C'est l'équipe, le service, l'entreprise dans son ensemble qui sont affectés lors d'une confrontation à un événement grave (accident, fortes violences internes ou externes, suicide sur le lieu de travail, incendie, attentat,…). La mise en place d'un dispositif de gestion de crise et de soutien est alors essentielle.

Objectifs

Être sensibilisé à la gestion d'un événement choquant et potentiellement traumatisant :

- **comprendre le phénomène/la problématique des événements choquants et potentiellement traumatisants (appelés incidents critiques)**
- **comprendre les conséquences psychologiques pour les travailleurs impliqués et pour l'organisation de travail**
- **connaître les principes d'intervention d'une situation de crise**
- **mettre en place un processus d'accompagnement.**

Pour qui ?

Cette sensibilisation s'adresse aux personnes ressources de l'entreprise amenée à gérer un incident critique : conseillers en prévention, RH, personnes de confiance, assistants sociaux, équipiers de 1er secours, équipiers de 1ère intervention, …

Contenu

- Caractéristiques d'un événement choquant et potentiellement traumatisant.
- Réactions des personnes impliquées (phase de choc et d'impact, phase d'assimilation)
- Conséquences psychologiques individuelles et collectives.
- Besoins des personnes impliquées.
- Principes d'intervention.
- Accompagnement des personnes impliquées et stratégies d'intervention.

Cela se fera en alternant la partie théorique et la mise en pratique (mises en situation, analyse de cas, jeux de rôle…).

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**, experts en accompagnement d'événements choquants et potentiellement traumatisants.

Infos pratiques

Durée : 1 journée. Maximum 12 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Rédaction du plan pour l'emploi des travailleurs âgés suivant la CCT 104

Les entreprises de plus de 20 travailleurs ont l'obligation d'établir chaque année un plan en matière d'emploi pour les travailleurs de 45 ans et plus (CCT104 du 27 juin 2012).

Quels sont les éléments que doit comporter le plan pour l'emploi ?
Comment établir ce type de plan ?
Cette formation offre des outils pour établir soi-même un plan pour l'emploi.

Objectifs

Le participant apprend à dresser un plan pour l'emploi et à élaborer des mesures spécifiques à l'entreprise pour maintenir ou accroître le nombre de travailleurs de 45 ans et plus.

Pour qui ?

Toute personne concernée par l'élaboration d'un plan pour l'emploi (service RH, conseillers en prévention dans les différents domaines, délégation syndicale, …).

Contenu

- Dispositions légales.
- Contenu d'un plan pour l'emploi.
- Mesures de prévention possibles en matière de ressources humaines, d'ergonomie, d'aspects psychosociaux, compte tenu des possibilités (individuelles) du travailleur.
- Exemples de bonnes pratiques.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La session fournit des explications quant au contenu et aux objectifs du plan pour l'emploi. Elle offre des outils pour établir un plan pour l'emploi.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

La résilience – Bien dans sa tête, bien dans sa peau

La vie est pleine de défis et nous confronte chaque jour à son lot de difficultés. Pourquoi certaines personnes gèrent-elles mieux les choses que d'autres ? La réponse est à trouver dans la résilience ! Et, cette résilience, il est possible de l'entraîner !

La formation est axée sur des thèmes tels que l'alimentation, le sommeil, l'activité physique, le soin de soi, l'attention et la concentration, l'assertivité, les contacts sociaux, …

Objectifs

Au travers d'un atelier interactif, nous souhaitons éclairer le concept de résilience et ses différents sous-domaines. Outre quelques brèves définitions théoriques, l'atelier comporte principalement des trucs et astuces pour augmenter tant la résilience physique que mentale, afin de permettre aux collaborateurs de mettre tout cela en pratique au quotidien. Dans cette optique, cet atelier est donné en duo par le conseiller en prévention-médecin du travail et le conseiller en prévention-aspects psychosociaux.

Pour qui ?

Tous les travailleurs ou les équipes qui souhaitent mettre en œuvre le bien-être au travail à partir d'une approche positive.

Contenu

L'atelier se compose des éléments suivants :

- le concept théorique de la 'résilience'
- **bien dans sa peau** : informations relatives à la résilience physique et à l'importance de l'activité physique, de l'alimentation et du sommeil
- **bien dans sa tête** : informations relatives à la résilience émotionnelle, mentale et sociale, et conseils en matière de coping, maîtrise de soi, attention et concentration, émotions positives, …

L'atelier alterne théorie et pratique. L'interaction avec les participants occupe une place prépondérante. Les différents concepts sont abordés et les participants mettent en pratique les différents trucs et astuces.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Durée : 1 journée.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation - Sensibilisation

Gérer le stress

Nous nous sentons tous parfois tendus ou stressés.
Mais qu'est-ce que le stress ? Quels sont les effets du stress sur soi ?
Chacun adopte ses propres stratégies pour gérer le stress, certaines sont efficaces, d'autres le sont moins. Quelles sont-elles ? Et lesquelles vous correspondent le mieux ?
Dans cette formation il sera question de pistes visant à vous aider à mieux gérer votre stress.

Objectifs

Le participant apprend à identifier à temps et à gérer de manière constructive les manifestations de son propre stress en vue de se sentir mieux au travail.

Pour qui ?

Toute personne qui souhaite s'informer sur le stress et aborder des pistes pour mieux le gérer.

Contenu

- Qu'est-ce que le stress ?
- Quelques chiffres ?
- Comment le stress apparaît-il ?
- Quelles sont les facteurs en lien avec le stress ?
- Comment prévenir les symptômes de stress ?
- Comment gérer le stress ?

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La sensibilisation débute par une réflexion individuelle sur les facteurs influençant le niveau de stress et ses manifestations propre à chacun. A l'issue de cette étape, chaque participant sera amené à s'approprier les stratégies proposées pour apprendre à gérer le stress.
La sensibilisation comprendra des moments de théorie, des exercices de réflexion, des conseils, …

Infos pratiques

Durée : 1 journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Prévenir et gérer le stress

L'enthousiasme et le stress sont contagieux… alors piqûre ou vaccin ?

Eteindre le stress … que se passe-t-il si vous souhaitez la bienvenue au stress que vous ressentez et le regardez comme un allié plutôt qu'un ennemi ? Alors le stress devient source d'inspiration.

Objectifs

Avoir une bonne visibilité sur votre propre fonctionnement face au stress.
A partir de cette connaissance, vous apprenez à mieux prendre soin de vous avec des outils concrets.
En bonus, comment fonctionner avec ceux autour de vous qui sont stressés.

Pour qui ?

Toute personne qui souhaite gérer ses moments de stress de manière constructive. Apprendre à être à l'aise avec les moments de 'rush' et travailler l'approche préventive du stress.

Contenu

Durant le trajet, nous aborderons via un processus interactif basé essentiellement sur les expériences des participants :

- comment fonctionne le cerveau sous stress ?
- l'impact du stress sur vos facultés d'adaptation et votre créativité
- l'échelle Holmes-Rahe : une échelle d'événements propres à la vie et leur impact en terme de stress
- les signaux d'alarme corporels, comportementaux, mentaux et émotionnels
- le lien entre vos pensées, vos sentiments et vos comportements et comment équilibrer le tout pour être détendu.
- la connexion corps-esprit : quel soutien donnez-vous à votre corps pour recevoir le stress ?
- l'impact de la résistance à votre perception du stress
- conseils pratiques pour gérer votre stress au travail
- aspects légaux (en option).

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group** et un conseiller en prévention pour les aspects psychosociaux (option).

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Prévenir et gérer le stress par les techniques de respiration

« Respirer c'est vivre, bien respirer c'est bien vivre ! »

Le souffle est une des portes d'entrée de prédilection du coaching de l'Etre, qui prend si bien en compte notre complexité et la relation intime qui unit pensées, émotions, corps et mission de vie.

Objectifs

Beaucoup d'entre nous ressentent le stress d'une vie trépidante, une difficulté grandissante à vivre sereinement dans le respect de leurs valeurs personnelles, un sentiment d'impuissance face à une machine qui s'emballe. Comme une déconnexion, un manque d'alignement, une tension physique qui grandit, une impression de courir de plus en plus vite, d'atteindre une limite... D'être à bout de souffle ?
Et si nous nous reconnections à ce simple outil « anti-burnout » qu'est la respiration ? La respiration consciente connectée est une réponse moderne et adaptée au monde du 21e siècle pour améliorer et préserver notre qualité de vie, nous permettre un état de relaxation et de bien-être profond, une transformation des énergies et des états émotionnels. Un outil accessible à chacun, tout ce qu'il y a de plus naturel, pour un mieux-être immense et immédiat. C'est une autre façon de découvrir nos blocages, de les expérimenter consciemment et de les lâcher. Une voie privilégiée pour retrouver son élan vital, pour récupérer après un burnout ou le prévenir dès les signes avant-coureurs.

Pour qui ?

Toute personne qui souhaite retrouver ou renforcer son alignement personnel par d'autres chemins que le travail mental.

Contenu

Explications du travail avec le souffle, de ses applications et de ses effets et activation corporelle via exercices divers.

Les vertus du travail par le souffe ont été soulignées depuis toujours dans les courants culturels du monde entier : dans les médecines ayurvédiques ou chinoises, dans les pratiques de la relaxation, du mindfulness, du yoga, de la méditation, dans le sport de haut niveau, dans l'étude du système nerveux par la médecine occidentale, ...

La respiration connectée, et l'apport intensif d'oxygène à notre système qu'elle crée, nous fait vivre une intense connexion avec nous-mêmes, avec notre nature profonde, avec notre souffle essentiel de vie. Nous explorons plusieurs techniques de ces traditions et pourrons continuer le travail chez nous, éventuellement avec accompagnement musical.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, ayant une formation en thérapie par le souffle.

Infos pratiques

Durée : 4 x 1 demi-journée.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Tenue décontractée, tapis de sol sont à apporter.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation - Sensibilisation

Prévenir et gérer le stress par le yoga

En sanskrit, « Yoga » signifie à la fois union, intégration et discipline … celle du corps et de l'esprit. Et si vous appreniez à les relaxer tous les deux en même temps ?

Objectifs

Le yoga est une discipline très ancienne mais toujours d'actualité qui permet de prendre soin de son bien-être mental, physique et spirituel. En apprenant des exercices très simples mais de façon approfondie vous travaillerez sur ces 3 centres énergétiques simultanément, ce qui procure non seulement vitalité mais également une détente profonde.
Dans cet état, vous pouvez alors accéder à votre être authentique, réceptif et ouvert au moment présent et aux personnes et événements qui font partie de votre environnement. Vous serez plus serein, moins stressé face aux différentes situations auxquelles vous devez faire face et en pleine connexion avec votre élan vital. De plus l'utilisation du mouvement et de la respiration a comme conséquence d'améliorer la structure du corps, de le renforcer et l'assouplir progressivement.
Cette formation vous permettra d'avoir une idée précise de ce qu'est le yoga et de ses effets bénéfiques, mais aussi de ressentir un réel sentiment de bien-être.

Pour qui ?

Tout le monde, il n'y a aucune contre-indication.

Contenu

Il s'agit d'une initiation très complète et modulable en fonction du temps que vous avez choisi d'y consacrer. Les participants expérimenteront différents types et aspects du yoga :

- exercices de lâcher prise (kriya)
- postures statiques (asana)
- exercices de relaxation profonde
- exercices énergétiques
- exercices de respiration (prânâyâma)
- exercices de silence et de méditations
- travail avec les sons
- une base de la philosophie.

Les différentes sessions seront également entrecoupées de massages (donner et recevoir).
Vous apprendrez aussi à mettre en place votre propre plan d'apprentissage et de pratique individuelle.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, formés au yoga.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Tenue décontractée, tapis de sol sont à apporter.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Prévenir et gérer le stress par la Mindfulness

Pour sortir du mode «pilote automatique» dans lequel nous fonctionnons trop souvent … la Mindfulness, appelée également Pleine Conscience … Et si vous essayiez ?

Objectifs

La pleine conscience, c'est apprendre à être présent, vraiment présent à ce que l'on vit. La pleine conscience nous aide à calmer nos esprits bouillonnants, nos questions incessantes, nos inquiétudes, nos constructions anxieuses du futur.
Elle nous aide à lâcher prise, nous ouvrant la possibilité d'être plus engagé dans nos vies. De nombreuses études scientifiques ont démontré que la pratique augmente les capacités de résistance face au stress, au burnout et à la dépression. Par des exercices d'attention, vous apprenez à quitter le mode «pilote automatique», à porter votre attention à ce qui est déjà là dans le moment présent, à laisser passer vos pensées sans vous y accrocher. La pratique de la pleine conscience nous amène à faire des choix plus conscients, à mieux gérer nos émotions, être plus serein.

Grâce à cette formation, vous pourrez commencer à intégrer la Mindfulness dans votre vie quotidienne.

Pour qui ?

Tout le monde, particulièrement pour les personnes confrontées à des situations stressantes (qu'elles soient d'origine médicale, familiale, relationnelle, socioprofessionnelle...) ou celles désirant améliorer leur bien-être général.

Contenu

Il s'agit d'une initiation très complète et modulable en fonction du temps que vous avez choisi d'y consacrer.

Les participants expérimenteront la Mindfulness via :
- un peu de support théorique
- de la pratique de méditation guidée en pleine conscience, dans différentes positions (assis, couché, en marchant, en pratiquant le yoga...)
- des exercices simples de mouvement en pleine conscience,
- des discussions de groupe
- l'apprentissage de session à faire de façon individuelle, chez soi et/ou dans son cadre professionnel.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, formés au yoga.

Infos pratiques

Durée : 4 x 1 demi-journée.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Tenue décontractée, tapis de sol sont à apporter.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation - Sensibilisation

Prévention du burnout

Objectifs

- **Comprendre le phénomène de burnout.**
- **Pouvoir détecter les symptômes physiques, cognitifs et comportementaux liés à l'épuisement professionnel pour soi et pour les collègues.**
- **Pouvoir mettre en place une politique de prévention afin d'éviter l'occurrence du burnout dans l'organisation.**
- **Envisager le maintien au travail et la réintégration des travailleurs qui connaissent un épuisement professionnel.**

Pour qui ?

Tous.

Contenu

- La définition du burnout : syndrome ou processus.
- Les causes : les facteurs individuels et les facteurs de risques psychosociaux.
- Les manifestations physiques, cognitives et comportementales.
- La prévention et prise en charge du burnout centrées sur l'organisation ainsi que sur l'individu.
- Comment envisager un retour au travail après un burnout ?

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Méthode utilisée

Cette sensibilisation est basée sur des explications théoriques, des exemples et illustrations venant de la pratique du terrain afin de favoriser l'interactivité.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 50 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Sensibilisation comité de direction

Prévenir et gérer le burnout dans son entreprise

C'est le bien-être qui engendre la performance et non l'inverse. Un collaborateur heureux en vaut deux. Mais comment y parvenir ?

Objectifs

A un moment ou un autre de son évolution, l'entreprise peut développer des conditions propices au burnout. Un personnel « bien dans sa peau » en accord avec la vision de l'entreprise et en accord avec ses aspirations personnelles les plus profondes est la base de la prospérité d'une entreprise. Au cours de ce module nous nous attacherons à :

- **sensibiliser le comité de direction à l'impact du burnout dans l'entreprise**
- **comprendre les raisons pour lesquelles le burnout peut s'y déclarer et en identifier les signes avant-coureurs**
- **diagnostiquer des dysfonctionnements dans l'entreprise qui peuvent conduire au burnout**
- **envisager de façon assertive des pistes de solutions pour recréer enthousiasme, sérénité et efficacité dans l'entreprise.**

Pour qui ?

Les membres du comité de direction et cadres supérieurs sensibles à l'épanouissement de leurs collaborateurs et à leur implication dans l'entreprise.

Contenu

L'accent y est mis sur les échanges entre participants, les apports théoriques sont directement appliqués à des exemples concrets issus de la réalité des personnes présentes.
Nous aborderons le programme entre autres via des processus de peer coaching et d'intelligence collective :

- quelles sont les caractéristiques du burnout ?
- quels sont les signaux du burnout dans l'entreprise ?
- quelles sont nos stratégies pour ne pas voir ces signes ?
- quels sont les profils à risque et les terrains propices ?
- comment décoder les mécanismes limitants au niveau de l'entreprise qui mènent au burnout ?
- comment développer la culture du feedback (top-down et bottom-up) basée sur la confiance ?
- comment mettre en place des pistes d'actions préventives (à partir d'un outil de diagnostic) ?
- comment motiver et inspirer mes collaborateurs ?

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Diminuer sa sensibilité au burnout

L'antidote contre le burnout et l'épuisement n'est pas toujours le repos, mais la reconnexion avec ce qui est vraiment important et qui donne sens à la Vie.

Objectifs

Plutôt que mettre (encore) l'accent sur les problèmes, nous préférons accompagner les participants à renforcer et maintenir leur élan vital.
Il s'agira dès lors :

- **de prendre davantage conscience de son propre fonctionnement**
- **de comprendre les mécanismes qui mènent au burnout et donc en permettre l'anticipation**
- **de faire un STOP pour embrasser une nouvelle perspective, pour élaborer une stratégie adaptée à la situation, dans un état calme et détendu, pour trouver des solutions créatives et passer à l'action**
- **de se brancher sur notre propre système d'alarme pour prévenir le plus tôt possible le risque de burnout.**

Pour qui ?

Toute personne qui éprouve par moments des difficultés à gérer le stress, la pression, les priorités, les niveaux d'exigences ...

Contenu

L'accent y est mis sur les échanges entre participants, les apports théoriques sont directement appliqués à des exemples concrets issus de la réalité des personnes présentes. Notre approche se veut holistique (mental – émotionnel – corporel) et va donc plus loin que le cognitif pur.
Durant ce processus, nous aborderons :

- les caractéristiques du burnout
- les signaux d'alarme corporels, comportementaux, mentaux et émotionnels
- la connexion corps-esprit
- les profils à risque
- pouvoir poser ses limites tout en respectant celles des autres
- gestion des priorités
- débloquer certaines convictions (croyances) qui limitent notre élan vital pour nous reconnecter à ce qui fait sens pour nous (valeur, besoin)
- comment préserver ses équilibres de vie : travail-social-famille
- déjouer les pièges du perfectionnisme.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Se relever d'un burnout

Sur le chemin de la reconstruction et de la résilience tout en restant vigilant au respect de son écologie personnelle… on vous y accompagne ?

Objectifs

La décision de reprendre le travail est bien souvent liée à une récupération de son énergie physique, de ses ressources et de son équilibre mental, intellectuel et émotionnel. L'objectif de ce module est de protéger et de renforcer ses acquis en restant vigilant, en affirmant ses besoins et en mettant ses limites. Plutôt que mettre (encore) l'accent sur les problèmes, nous préférons accompagner les participants à renforcer et maintenir leur élan vital.

Nous accompagnerons les participants afin qu'ils apprennent à se respecter et à construire leurs propres boîtes à outils :

- **apprendre à protéger ses ressources, y compris à stabiliser ses humeurs et ses émotions pour ne pas replonger**
- **réinvestir son environnement professionnel et reconquérir son identité au travail.**

Pour qui ?

Toute personne qui a été victime d'un burnout et qui reprend le travail.

Contenu

L'accent y est mis sur les échanges entre participants, les apports théoriques sont directement appliqués à des exemples concrets issus de la réalité des personnes présentes. Notre approche se veut respectueuse de chacun et sera holistique (mental – émotionnel – corporel).

Au cours de ce processus, nous aborderons :

- la connexion corps-esprit
- oser dire non, développer son assertivité
- prendre conscience de ses limites et apprendre à faire des stops
- apprendre à se respecter
- capitaliser sur ses succès et développer la confiance en soi
- gestion des priorités
- transformer nos croyances limitantes en des croyances positives et ressourçantes
- développer des antidotes en cas d'alerte
- comment préserver ses équilibres de vie
- trouver des modes d'emploi qui nous conviennent afin de faire face à la pression
- techniques énergétiques (Mindfulness, respiration, yoga …).

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Prévenir le burnout dans son équipe

Le management exclusivement 'top-down' a vécu. Place à la collaboration entre tous les niveaux de l'organisation. Mais comment y arriver ?

Objectifs

Conscientiser les managers des signaux avant-coureurs du burnout dans son équipe
Il s'agit de changer réellement et durablement les comportements et habitudes des managers en les sensibilisant à l'utilité de la «double casquette» de Manager et de Coach en fonction des situations vécues sur le terrain, c'est-à-dire de développer leur compétence d'écoute, de soutien. C'est en développant ses compétences de coach que le manager préviendra au mieux le burnout au sein de son équipe.

Pour qui ?

Tout manager qui gère une équipe et qui est ouvert à recevoir un soutien rapide et efficace afin d'optimaliser ses compétences en coaching afin de prévenir le burnout.

Contenu

L'accent y est mis sur les échanges entre participants, les apports théoriques sont directement appliqués à des exemples concrets issus de la réalité des personnes présentes.
Notre approche se veut holistique (mental - émotionnel - corporel) et va donc plus loin que le cognitif pur.

Au cours de ce processus, nous aborderons via des processus de peer et de team coaching :

- les caractéristiques du burnout
- les signaux d'alarme corporels, comportementaux, mentaux et émotionnels
- les profils à risque
- connaître ses leviers de motivation et ses limites pour mieux se gérer
- travail sur son impact : mes freins et mes ressources en termes d'accompagnement
- se responsabiliser dans ses relations pour devenir un véritable «manager-coach»
- apprendre à reconnaître et à gérer ses émotions : comment augmenter son intelligence émotionnelle ?
- etude de son style social dominant pour une communication flexible
- maîtrise des outils avancés de questionnement pour faire émerger les besoins, privilégier l'authenticité et l'autonomie
- faire émerger les options possibles et les étapes à franchir
- apprendre à optimaliser son feedback.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Réagir au burnout dans son équipe

Le burnout n'est pas l'affaire d'un seul individu. Quand une personne est touchée, cela a un impact sur toute l'équipe et l'équipe a un impact majeur lors du retour au travail du collaborateur.

Comment le team gère-t-il les différentes émotions que le burnout entraîne sachant que ce qui doit primer est la qualité du travail pour tous ?

Objectifs

Même si le temps disponible diminue encore lorsqu'un collaborateur s'absente pour raisons de burnout, il est essentiel de prendre le temps de s'arrêter pour gérer de façon optimale les circonstances actuelles. Un travail de prévention est aussi primordial pour éviter encore plus de cas de burnout et pour assurer les résultats attendus dans le service. Comment trouver ce juste équilibre ?

Pour qui ?

Chaque responsable qui est confronté au burnout d'un ou des membres de son équipe. Cette formule se prête aussi à un travail fait de concert avec toute l'équipe afin d'appréhender la problématique avec justesse.

Contenu

L'accent est mis sur le pratico-pratique du quotidien des participants : comment ils abordent et appréhendent la situation actuelle, où cela bloque, à quoi se raccrocher effectivement ?

Il sera tenu compte non seulement de la personne en burnout, mais également de l'effet sur chaque membre de l'équipe qui risque d'être atteint vu la pression accrue. Voici les sujets abordés lors du processus d'accompagnement :

- les caractéristiques du burnout et les individus « à risques »
- les signaux d'alarme physiques, comportementaux, mentaux et émotionnels
- comment affirmer ses limites personnelles tout en respectant celles des autres ? comment garder le juste milieu ? comment communiquer avec sa hiérarchie ?
- déterminer les priorités : faire la même chose, voire plus avec les mêmes effectifs : est-ce possible et… raisonnable ?
- les croyances et préjugés sur le burnout : comment les (re)connaître et les recadrer
- comment préserver l'équilibre travail-privé-social : est-ce que nous nous accordons encore assez de plaisir et de détente dans le team ?
- préparation de la phase retour et réintégration.
- comment accueillir le collègue ? les « do et do not »
- l'écoute empathique et la bienveillance

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

L'assertivité : un jeu de diplomate et de détermination

Quand vous n'en pouvez plus du non-dit ; quand vous pensez que dire les choses ne servira à rien ; que vous ne serez de toutes façons pas entendu ; quand vous ne savez pas comment dire les choses ; quand être « tyrannique » ne fonctionne plus … l'assertivité est la clé !

Objectifs

Donnez-vous un maximum de chances pour que votre message soit entendu, en apprenant comment repérer les signaux d'adhésion et de désapprobation. A travers un comportement affirmé, prévenez les conflits et exprimez votre point de vue de la manière la plus acceptable pour votre interlocuteur.

Pour qui ?

Toute personne qui souhaite consciemment s'exprimer et défendre ses opinions tout en respectant celles des autres.

Contenu

Nous approcherons ce sujet via un processus interactif durant lequel la partie théorique sera limitée et directement appliquée aux exemples réels des participants.

Nous aborderons de façon non-exhaustive :

- passif, agressif, manipulateur ou assertif ? quel est votre profil ?
- de quoi avez-vous besoin ? les critères de base d'un comportement assertif
- faire une demande et dire non avec diplomatie et détermination
- pouvoir poser vos limites, tout en respectant celles des autres
- prévenir et gérer les conflits
- savoir critiquer et être critiqué
- lien entre assertivité et confiance en soi.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. La formation est donnée également dans nos locaux sur base d'inscription individuelle (formation inter-entreprise/association). Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

4

Ergonomie

PUSH FOR RECLINE LOCK
PULL FOR FREE RECLINE
LIFT UP FOR ADJUST LEVEL

Service

Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – Ergonomic Workplace Online Survey (EWOS) entreprises C- D

Ce questionnaire intègre des renseignements généraux administratifs et des questions qui portent sur les réglages et les caractéristiques des différents mobiliers (siège, plan de travail,…), les équipements informatiques (écran, clavier, souris,…) ainsi que sur les conditions environnementales (place disponible, rangement, sécurité, éclairage, ambiance thermique,…).
Important : afin de faciliter la compréhension de l'aspect technique de certains critères, des diapositives avec des images et textes explicatifs (pop-up) apparaissent lorsque l'utilisateur pointe la question avec sa souris.
Les réponses individuelles au questionnaire online sont directement traitées via le site de **spmt arista** et gérées par les conseillers en prévention-ergonomes et le médecin du travail.

Objectifs

Cet outil destiné aux petites et moyennes entreprises analyse les conditions de travail des membres du personnel effectuant un travail sur écran de visualisation. Il permet de dresser un inventaire qualitatif et individuel des éventuels problèmes rencontrés à chaque poste de travail et de proposer des adaptations éventuelles.
Ce dépistage est un des moyens efficaces pour répondre à l'article VIII.2-3 du code du bien-être au travail. Il prévoit une analyse des risques obligatoire à renouveler au moins tous les 5 ans au niveau des groupes de travail et des individus.
L'aspect obligatoire de la formation au travail avec des équipements à écran de visualisation est également inclus dans le produit par le biais de diapositives informatives et de la mise à disposition de vidéos sur le thème de l'ergonomie du travail sur écran.

Pour qui ?

Entreprises C- et D.

Contenu

Différentes étapes sont prévues pour la mise en œuvre du questionnaire.

- **Explication de la démarche**
  Un mode d'emploi est disponible sur le site **spmt arista**. Il permet à l'employeur de préparer l'intervention et donner les informations utiles à ses collaborateurs pour la suite de la démarche.
- **Réponse individuelle via le site spmt arista**
  Les membres du personnel sont invités à se rendre sur le site **spmt arista** (un code ou un lien est fourni via un mail personnel) et à répondre online au questionnaire.
- **Analyse des données**
  Chaque questionnaire est analysé et un court rapport individuel est transmis à l'employeur. Ce rapport est réalisé de façon informatisée et automatique.
- **Mise en place des mesures préventives**
  Sur base du rapport, l'employeur peut mettre en place les mesures de prévention.
  Il est possible que les indications fournies par l'étude détectent des problèmes qui nécessitent une intervention sur le terrain de la part de l'équipe d'ergonomes.
  Cette deuxième étape pourra être réalisée au travers d'une approche de type « analyse préliminaire ou experte ».

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista** et le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista** en support.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – Ergonomic Workplace Online Survey (EWOS) entreprises A B C+

Ce questionnaire comprend 68 questions avec des cases à cocher réparties sur 5 rubriques :
- renseignements généraux
- activités réalisées
- analyse du poste
- satisfaction au poste
- problèmes de santé (traités de façon confidentielle).

Objectifs

Le but poursuivi de cette intervention est de permettre une photographie de l'entreprise concernant les problèmes potentiels rencontrés par le personnel effectuant un travail sur écran de visualisation. Il permet de dresser un inventaire qualitatif et quantitatif des éventuelles difficultés rencontrées au sein des différents services de l'entreprise et d'établir un plan d'actions de mesures préventives.
Il permet de répondre à l'article VIII.2-3 du code du bien-être au travail.

Pour qui ?

Entreprises A B C+.

Contenu

Différentes étapes sont prévues pour la mise en œuvre du questionnaire.

- **Réunion avec les responsables de l'entreprise**
  Cette réunion permet de cerner la demande et les besoins spécifiques à l'entreprise, s'accorder sur le timing, l'organisation pratique et présenter le produit aux différents partenaires au sein de la société.
- **Annonce de l'enquête au public-cible**
  L'employeur annonce l'enquête à ses travailleurs et explique la démarche et les buts poursuivis.
- **Envoi du questionnaire aux membres du personnel**
  Les responsables de l'entreprise fournissent les adresses e-mail des membres du personnel qui correspondent au projet et la cellule IT de **spmt arista** envoie le questionnaire aux différentes adresses e-mail.
- **Analyse des données**
  Après réception des questionnaires individuels, la cellule ergonomie de **spmt arista** procède à l'analyse et rédige un rapport reprenant les problèmes identifiés et les mesures de prévention qui pourraient y être associées.
- **Présentation des données**
  Le rapport est présenté aux responsables de l'entreprise ainsi que lors du CPPT ou CCB.
- **Mise en place des mesures préventives**
  Sur base du rapport, l'employeur peut mettre en place les mesures de prévention.
  Il est possible que les indications fournies par l'étude détectent un service ou un groupe au sein duquel des problèmes importants nécessitent une intervention plus pointue de la part de l'équipe d'ergonomes. Cette deuxième étape pourra être réalisée au travers d'une approche de type « analyse ».

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – Collective Ergonomic Workplace Analysis (CEWA)

L'intervention concerne tout ou partie du personnel réparti en groupes d'environ 12 personnes travaillant au sein d'une même entité et se déroule en une demi-journée de présence sur place.
L'intervention comprend une sensibilisation collective abordant les problèmes liés au travail sur écran de visualisation, et est suivie des mesures de prévention recommandées.
Elle est également complétée par la visite de chaque poste de travail et propose des adaptations et des réglages adéquats du poste de travail. La check-list complétée par l'utilisateur du poste guide cet entretien individuel.
Un rapport de synthèse ou individuel (option) complète l'intervention.
Cette intervention permet de répondre à l'article VIII.2-3 du code du bien-être au travail.

Objectifs

Cette intervention vise à sensibiliser les membres du personnel concernant le travail sur écran de visualisation. Elle est complétée par une analyse individuelle du poste.

Pour qui ?

Les travailleurs effectuant un travail sur écran de visualisation.

Contenu

Différentes étapes sont prévues pour la mise en œuvre de cette intervention.

- **Réunion avec les responsables de l'entreprise**
  Cette réunion permet de cerner la demande et les besoins spécifiques à l'entreprise, de s'accorder sur le timing et l'organisation pratique et de présenter le produit aux différents partenaires au sein de la société.
- **Annonce de l'enquête au public cible**
  L'employeur annonce l'enquête à ses travailleurs et explique la démarche et les buts poursuivis.
- **Séance de formation et d'analyse des postes (option facultative)**
  Si cette option est choisie, les groupes (12 personnes environ) assistent à la séance de sensibilisation collective (une heure) puis retournent à leur poste de travail pour la visite de l'ergonome.
- **Mise en place des mesures préventives**
  Sur base du rapport de synthèse ou des rapports individuels, l'employeur peut mettre en place les mesures de prévention.

Il est possible que les indications fournies par l'étude permettent de détecter un poste de travail au sein duquel des problèmes importants nécessitent une intervention complémentaire de la part de l'équipe d'ergonomes. Cette étape ultérieure pourra être réalisée au travers d'une approche individuelle.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Infos pratiques

La présentation d'un rapport individuel (par poste de travail) est également réalisable.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Intervention analyse experte travail sur écran de visualisation – Individual Ergonomic Workplace Analysis (IEWA)

L'intervention concerne un poste de travail individuel. La visite se déroule en 3 heures. Le temps consacré au rapport est en moyenne de 3 heures également.
Les points d'attention de l'analyse concernent notamment les points suivants : adéquation du poste de travail avec une pathologie spécifique ou avec une tâche spécifique à réaliser.

Objectifs

Cette intervention concerne un poste de travail individuel pour lequel un problème de mobilier ou de matériel, une pathologie ou une plainte ont été identifiés ou exprimés.

Plusieurs objectifs sont poursuivis :

- **Analyse du poste**
  Cette intervention est destinée à analyser de façon précise le poste de travail au niveau des paramètres physiques, cognitifs et organisationnels.
- **Formation et sensibilisation**
  L'objectif est de permettre à l'utilisateur du poste de connaître et comprendre les mécanismes qui pourraient constituer un problème dans le cadre de son travail sur écran de visualisation et d'appliquer les principes d'aménagement et de réglage de son poste.
- **Adaptation directe du poste**
  Lors de cette intervention, le conseiller en prévention-ergonome propose des adaptations et réglages du poste de travail.
- **Proposition de mesures de prévention**
  Sur base des résultats de l'analyse lors de la visite du poste, un rapport détaillé est proposé. Il reprend les problèmes identifiés et évalués ainsi que les mesures correctrices apportées pendant la visite et celles qu'il faudrait mettre en œuvre par la suite (achat de matériel, réparation ou entretien, disposition du matériel, organisation, amélioration des paramètres environnementaux, …).

Contenu

Différentes étapes sont prévues pour la mise en œuvre de cette intervention.

- **Analyse de la demande**
  Cette phase préliminaire permet de cerner la demande et les besoins spécifiques à l'entreprise. Elle constitue un préliminaire à l'organisation pratique de la visite de l'ergonome.
- **Analyse du poste de travail**
  Le conseiller en prévention-ergonome se rend sur place et procède à l'analyse du poste de travail. La présence du titulaire du poste est indispensable. Les membres de la hiérarchie et les partenaires syndicaux sont les bienvenus.
  Des adaptations du poste de travail sont fréquemment réalisées pendant cette visite : réglage du siège et du plan de travail, disposition de l'écran, de la souris, du clavier, …
  Des solutions potentielles sont proposées à l'essai pour déterminer si leur usage s'avère pertinent sur le long terme.
- **Mise en place des mesures préventives**
  Le conseiller en prévention rédige le rapport de l'analyse reprenant les problèmes identifiés, leur priorisation et les mesures de prévention.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Infos pratiques

Une évaluation des modifications apportées peut être envisagée dans un délai variable et à définir.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Manutention manuelle de charges – Analyse des risques

Les manutentions manuelles de charges génèrent des contraintes importantes pour de nombreux travailleurs. La prévention des dommages qui en découlent repose notamment sur une adaptation des conditions de travail.

Objectifs

Analyser les conditions de travail liées à la manutention des charges et proposer des mesures de prévention sur base de l'activité réelle.
Cette intervention permet de répondre à l'art. VIII.3-2 du code du bien-être au travail.

Pour qui ?

L'employeur et la ligne hiérarchique, les opérateurs.

Contenu

Le conseiller en prévention-ergonome analyse les activités et contraintes liées aux manutentions manuelles de charges. Celles-ci sont variées et concernent des caractéristiques diverses telles que le poids des charges, la prise, le volume, l'aspect fragile ou déséquilibré, la répétition et durée, endroit de stockage,… Les conditions d'ambiance (chaleur, froid, éclairage, …) et organisationnelles sont également passées en revue de même que les risques de chute.
L'analyse se fait sur base d'observations des tâches effectives à l'aide de questionnaires validés ou spécifiques à l'activité et d'interviews de travailleurs

Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées. Elles peuvent concerner :

- **l'adaptation des conditions matérielles** : hauteur de stockage, aide au déplacement des charges, gestion des stockages des charges, choix des outils, …
- **l'amélioration des facteurs environnementaux et organisationnels** : quantité et qualité de l'éclairage, réduction du risque de chutes, répartition des pauses, …

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista** et le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing/Durée moyenne : sur base d'un devis en fonction du nombre de postes de travail concernés et la participation active des acteurs de l'entreprise.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Aide à la correction des espaces de travail

Un espace de travail est un lieu de vie au sein de l'entreprise. Pour permettre de bonnes conditions de travail, il doit comporter des éléments propices au bien-être des travailleurs et à la performance de l'entreprise.

Objectifs

Analyser les caractéristiques de l'espace de travail en fonction des activités à réaliser et proposer des mesures de prévention.
Le conseiller en prévention-ergonome analyse les activités, caractéristiques et contraintes liées à l'espace de travail. Celles-ci sont variées. On y trouve notamment le dimensionnement, l'espace de circulation et les déplacements, le transport de matériel et de charges, les dénivellations, l'éclairage, le type de revêtement, l'organisation des différents flux (produits, matériels, personnes), les tâches à effectuer…
Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées.
Elles peuvent concerner l'adaptation des conditions matérielles telles que les dimensions du mobilier adaptées aux caractéristiques anthropométriques de l'opérateur, la disposition du mobilier et outils, l'aide et la gestion des déplacements et stockage des charges, supervision de la circulation mais aussi l'amélioration des facteurs d'ambiance (quantité et qualité de l'éclairage) ou la réduction des risques de glissade.

Pour qui ?

L'employeur et la ligne hiérarchique, les opérateurs.

Contenu

- Analyse de la demande.
- Analyse des contraintes, des besoins et d'indicateurs.
- Utilisation d'outils d'analyses experts et participatifs (check-list, méthodes d'évaluation, …).
- Utilisation d'outils de mesurage (luxmètre, sonomètre, …).
- Elaboration d'un plan d'action de correction réaliste en concertation avec la hiérarchie.
- Pré-rapport discuté avec la hiérarchie visant à vérifier la pertinence des informations recueillies par les intervenants.
- Rapport détaillé présenté en CPPT.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing/Durée moyenne : sur base d'un devis en fonction du nombre de postes de travail concernés et la participation active des acteurs de l'entreprise.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Aide à la conception d'espaces de bureaux

L'espace de bureau évolue en parallèle avec l'évolution de l'entreprise : il est donc important de le concevoir en fonction des nouveaux besoins de l'entreprise.

Objectifs

Aider le concepteur à prendre en considération les facteurs qui vont faciliter l'activité des utilisateurs au quotidien.

Fondée sur une demande d'aide à la conception d'un espace de bureau, l'ergonome analyse avec les concepteurs leurs contraintes financières, architecturales… et apporte sa contribution par sa connaissance de l'activité réelle du travail et les besoins des occupants du bureau.

Pour qui ?

Les architectes, les concepteurs d'espaces de travail, les personnes qui établissent des cahiers des charges, les managers.

Contenu

- Analyse de la demande.
- Analyse des contraintes et des besoins.
- Analyse de l'activité réelle des opérateurs sur le terrain.
- Analyse des plans projetés.
- Simulation de plans suite aux discussions en 2D ou 3D.
- Suivi de l'évolution du projet.
- Défense du projet en CPPT/CCB.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing/Durée moyenne : selon l'importance du projet de conception, le nombre d'activités différentes dans le bureau concerné, la participation active des représentants de l'entreprise, compter entre 8 à 12 ½ jours d'intervention – rapport compris.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse ergonomique d'un poste de travail

De bonnes conditions de travail sont indispensables pour favoriser le bien-être des travailleurs et la performance de l'entreprise. Les contraintes sont variées : physiques, environnementales, psychosociales et mentales. L'analyse de celles-ci permet de proposer des mesures de prévention adaptées.

Objectifs

Analyser les conditions de travail et proposer des mesures de prévention.

Le conseiller en prévention ergonome analyse les caractéristiques, contraintes et activités liées au poste de travail sur écran. Celles-ci sont variées : postures pénibles, utilisation inadéquate du matériel (siège, écran, clavier, …), inadéquation du matériel avec les besoins, disposition du bureau dans le local, éclairage, ambiance thermique, sédentarité, …). Sur base de ce constat, des mesures de prévention sont proposées. Elles concernent la bonne utilisation du matériel (réglage, disposition), l'adoption de postures adéquates, la proposition de matériel adapté au travail et aux caractéristiques de la personne, l'amélioration des facteurs d'ambiance (éclairage, chaleur, courant d'air, bruit,…), des conseils d'hygiène de vie relatifs à la sédentarité, …

Pour qui ?

L'employeur et la ligne hiérarchique, les opérateurs.

Contenu

Le conseiller en prévention ergonome analyse les activités, caractéristiques et contraintes liées au poste de travail. Celles-ci sont variées et concernent des domaines divers :

- Charge physique : troubles musculo-squelettiques, maux de dos, gestes répétitifs, cardiovasculaire, travail statique et sédentarité, vibrations, …
- Charge environnementale : éclairage, ambiances thermiques, bruit, …
- Charge psychosociale : relations entre collègues, organisation, stress, …
- Charge mentale : traitement de l'information, concentration, …

Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées. Elles peuvent concerner :

- l'adaptation des conditions matérielles : dimensions du mobilier adaptées aux caractéristiques anthropométriques de l'opérateur, aide et gestion des déplacements et stockage des charges, choix des outils, …
- l'amélioration des facteurs d'ambiance (quantité et qualité de l'éclairage, réduction des nuisances sonores, …)
- la gestion de l'organisation : communication entre les collègues, valorisation, répartition des pauses, …
- réduction de la charge mentale : adaptation de logiciels, aide à la mémorisation, qualité de l'information visuelle, …

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing/Durée moyenne : sur base d'un devis en fonction du nombre de postes de travail concernés et la participation active des acteurs de l'entreprise.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Avis ergonomique préalable à l'élaboration d'un cahier des charges relatif à certains produits et matériel

Le choix d'un produit ou matériel est une démarche importante. Celui-ci doit correspondre aux besoins de l'entreprise mais aussi aux caractéristiques de l'opérateur.

Objectifs

Proposer une aide à la conception du cahier des charges de produits et matériels.

Le conseiller en prévention ergonome analyse le besoin de l'entreprise concernant le produit et le matériel désiré. Sur base de l'analyse, il participe à la rédaction du cahier des charges. Ce cahier des charges comprendra des références aux normes ergonomiques belges et/ou étrangères et la législation belge. Il fera appel à l'adéquation entre les caractéristiques du produit et les valeurs anthropométriques de l'utilisateur ainsi que ses capacités physiques en veillant à contribuer à choisir un produit présentant le minimum possible de risques liés à son utilisation.
Cette intervention permet de répondre à l'art.IV.2-2 (pour les équipements).

Pour qui ?

Le responsable des achats, le conseiller en prévention interne, l'employeur et la ligne hiérarchique.

Contenu

- Analyse de la demande.
- Analyse des besoins liés au matériel.
- Utilisation d'outils d'analyses experts et participatifs (check-list, méthodes d'évaluation, …).
- Rapport détaillé à incorporer au cahier des charges.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.
Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.
Le conseiller en prévention-hygiéniste de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing/Durée moyenne : sur base d'un devis en fonction des caractéristiques du produit et matériel concerné.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Etude ergonomique spécifique afin d'aménager les locaux pour réduire les risques d'agression

Réduction du risque d'agression par l'adaptation et / ou la réorganisation des locaux utilisés.

Objectifs

Détection des points faibles en matière de « security ».
Le conseiller en prévention-ergonome analyse les activités, caractéristiques et contraintes liées à l'espace de travail avec une attention particulière pour le risque d'agression.
Sur base de cette analyse, des propositions de mesures d'adaptation de l'activité ou proposition de modifications des locaux en gardant l'ergonomie à l'esprit tout en préservant l'intégrité physique et mentale des collaborateurs.

Pour qui ?

Employeurs dont les collaborateurs peuvent être en contact avec un public difficile, violent ou agressif.

Contenu

- Visite des bâtiments et locaux concernés.
- Analyse de l'activité.
- Analyse de l'environnement proche.
- Rapport et propositions de mesures de prévention.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse des circuits d'Information

Les moyens de communication évoluent et certaines activités et postes de travail comportent une gestion et un traitement de nombreux flux d'information devenant de plus en plus difficiles à contrôler par les opérateurs et à orienter selon les priorités de l'entreprise.

Objectifs

Proposer une intervention ergonomique basée sur une approche globale d'amélioration du bien-être et en vue d'optimiser la performance globale des systèmes et orientée sur une analyse des circuits d'information.
Repérer les dysfonctionnements et améliorer la qualité des flux d'information et l'efficience du travail.

Pour qui ?

Membres de la ligne hiérarchique.
Conseillers en prévention internes.
Responsables du personnel.
Responsables administratifs de l'organisation du travail.

Contenu

L'intervenant analyse, avec la hiérarchie et les opérateurs, les situations de travail concernées, c'est-à-dire envisagées comme un système constitué d'un dispositif technique et matériel, d'une organisation du travail et des opérateurs en interactions. Il aide la hiérarchie à résoudre les dysfonctionnements et planifier un suivi des actions à mener.

- Analyse de la demande.
- Analyse des traces exploitables.
- Analyse de l'activité réelle des opérateurs sur le terrain.
- Elaboration d'un diagnostic.
- Analyse approfondie des points jugés prioritaires.
- Proposition de pistes de solution/d'amélioration.
- Accompagnement à la mise en place des solutions retenues.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista** en collaboration dans certains cas avec les conseillers en prévention-médecins du travail et les conseillers en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing : sur base d'un devis en fonction du nombre de postes de travail concernés et la participation active des acteurs de l'entreprise.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse des facteurs organisationnels

Les entreprises évoluent, l'organisation du travail peut dès lors en être modifiée et des facteurs de risques liés à l'organisation peuvent apparaitre, se traduisant par de l'absentéisme, des conflits ou tout autre dysfonctionnement préjudiciable à l'entreprise.

Objectifs

Proposer une intervention ergonomique basée sur une approche globale d'amélioration du bien-être et orientée sur une analyse des facteurs organisationnels en vue d'optimiser la performance du collectif au travail.

Repérer les dysfonctionnements et améliorer l'organisation du travail avec la hiérarchie de l'entreprise.

Pour qui ?

Membres de la ligne hiérarchique.
Conseillers en prévention internes.
Responsables du personnel.
Responsables opérationnels.

Contenu

L'intervenant analyse, avec la hiérarchie et les opérateurs, les situations de travail concernées, c'est-à-dire envisagées comme un système constitué d'un dispositif technique et matériel, d'une organisation du travail et des opérateurs en interactions. Il aide la hiérarchie à résoudre les dysfonctionnements et planifier un suivi des actions à mener.

- Analyse de la demande.
- Analyse des traces exploitables.
- Analyse de l'activité réelle des opérateurs sur le terrain.
- Elaboration d'un diagnostic.
- Analyse approfondie des points jugés prioritaires.
- Proposition de pistes de solution/d'amélioration.
- Accompagnement à la mise en place des pistes.

Prestataires

Le conseiller en prévention–ergonome de **spmt arista** en collaboration dans certains cas avec les conseillers en prévention-médecins du travail et les conseillers en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing : sur base d'un devis en fonction du nombre de postes de travail concernés et la participation active des acteurs de l'entreprise.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Mesure de l'éclairement et des valeurs de luminance

La prévention des risques liés au travail effectué sous une lumière naturelle ou artificielle.

Objectifs

- **Adaptations de l'environnement physique de travail en ce qui concerne l'éclairage.**
- **Prévention des problèmes relatifs à l'éclairement et aux valeurs de luminance.**
- **Prévention des problèmes relatifs à l'éblouissement direct et indirect.**

Pour qui ?

Tous les travailleurs qui y sont exposés.

Contenu

- Mesurer la présence d'une lumière du jour suffisante.
- Si nécessaire, mesurer l'adéquation de la lumière artificielle :
  - éclairage général
  - éclairage local (fonctionnel).
  - distribution uniforme de l'éclairage artificiel (pour ne pas provoquer d'accidents).
- Prévoir un éclairage général de minimum 200 lux + un éventuel éclairage fonctionnel supplémentaire (par ex. dans un bureau, l'éclairage doit être au moins de 500 lux).
- Éclairage de secours (stand-by) : dépend du type de tâche.
- Éclairage de sécurité :
  - min. 5 lux
  - automatique
  - en complément à l'éclairage artificiel
  - alimentation alternative.
- Contrôle régulier (une fois par an).

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista** / un conseiller en prévention-hygiéniste de **spmt arista**.

Infos pratiques

Timing : une demi-heure en moyenne par poste de travail (+ en fonction de la spécificité de la demande).
Lieu : dans l'entreprise du client.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Formation

Ergonomie du travail sur écran

Ce module est proposé sous la forme d'un cours interactif de groupe et aborde, entre autres, le réglage correct de la hauteur et du dossier d'un siège, la disposition de l'écran, du clavier et de la souris par rapport au travailleur, la disposition de l'écran par rapport à l'éclairage et aux fenêtres ainsi que la position de travail idéale pour éviter les torsions dorsales, …

Objectifs

Sensibiliser les participants aux risques liés au travail sur écran et à la manière dont ils peuvent les limiter en appliquant les principes d'ergonomie.
Apprendre l'aménagement et l'ajustement adéquats d'un poste de travail avec écran afin de prévenir la fatigue visuelle et les troubles musculo-squelettiques.

Pour qui ?

L'ensemble des personnes travaillant sur écran.

Contenu

Les aspects suivants sont abordés :

- comment veiller à ne pas entraver l'espace pour les jambes afin de prévenir les torsions dorsales ?
- quelle posture adopter devant l'écran et le clavier pour prévenir les douleurs dorsales et cervicales ?
- réglage correct du siège afin d'éviter les douleurs au dos, aux bras et au cou
- attitude à adopter pour que les poignets soient suffisamment soutenus afin d'éviter les douleurs de poignets
- comment, selon la taille de l'écran, maintenir une distance suffisante entre les yeux et l'écran pour garantir une bonne lisibilité, tout en limitant la fatigue oculaire ?
- comment placer l'écran à la bonne hauteur, selon la taille du travailleur, afin de prévenir les douleurs dorsales ?
- placer et utiliser correctement la souris de l'ordinateur pour prévenir les problèmes à l'épaule et au bras
- expliquer les possibilités de réglage disponibles sur les sièges et leur utilité afin de prévenir les maux de dos de manière préventive et dynamique.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Ergonomie du travail sur écran par poste de travail

Ce module interactif permet d'analyser le poste de travail et de dispenser en même temps une formation donnant des conseils personnels aux travailleurs sur écran. Il se caractérise par son approche pratique de l'implantation du poste de travail et du comportement. Chaque travailleur sur écran bénéficie d'une approche individuelle et les adaptations requises sont, si possible, effectuées directement.

Objectifs

Ce module vise à prévenir les troubles et gênes possibles en rapport avec le travail sur écran (les douleurs de la nuque, des épaules, des bras, du dos, …) via une modification du comportement des travailleurs et une bonne disposition des meubles et des appareils informatiques.

Pour qui ?

L'ensemble des personnes travaillant sur écran.

Contenu

Cette intervention comporte les éléments suivants :
- hauteur de l'écran et position par rapport à la lumière (si cela ne requiert pas de changement structurel)
- position du travailleur par rapport à l'écran et au clavier
- optimalisation de la position assise via le réglage du siège (y compris les éventuels accoudoirs)
- explications concernant l'utilisation et le réglage du siège
- vérification de la zone de placement des jambes
- screening rapide de la méthode de travail et de la position de travail (travailler avec la souris, organisation du bureau…).

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

L'avantage qu'offre cette méthode de travail est l'interactivité : le travailleur prend part à l'action, il peut poser des questions et reçoit immédiatement une réponse professionnelle et pratique. Il y a également de nombreux avantages pour l'employeur : les éventuels achats/commandes sont efficaces car ils sont basés sur l'avis d'un expert et peuvent être regroupés. En outre, l'employeur sait que ses travailleurs sont bien informés. Cette méthode de travail est très intéressante pour les entreprises où il est difficile de mobiliser en même temps un grand groupe de travailleurs pour suivre une formation. Au lieu de dispenser une formation à l'ensemble des travailleurs, l'EWA ne demande que quinze minutes par personne. En outre, chaque travailleur se voit offrir une réponse sur mesure. L'EWA convient tant aux grandes qu'aux petites entreprises.

Infos pratiques

Durée : En moyenne 15 minutes par poste de travail.
Une solution sur mesure sera développée pour votre entreprise.
Le nombre de participants est illimité.
De manière générale, 25 travailleurs peuvent être vus par jour.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Coach du dos

Le département Ergonomie peut former certains travailleurs en tant qu'instructeurs à la manutention manuelle des charges, des «coaches du dos». La formation approfondit les origines et la prévention des plaintes dorsales. Conjointement, est donnée une formation de base sur les facteurs de risque, concernant la charge dorsale, sur le lieu de travail.

Objectifs

Au terme de la formation, les coaches du dos doivent pouvoir :

- **servir d'interlocuteur pour leurs collègues en ce qui concerne la manutention des charges**
- **jouer un rôle d'information et d'instruction auprès des collègues sur le lieu de travail, plus spécifiquement en ce qui concerne les tâches où intervient la manutention des charges**
- **servir d'exemple auprès des collègues, c'est-à-dire adopter eux-mêmes une attitude cohérente dans l'application des principes de prévention des maux de dos et de manutention des charges.**
- **jouer un rôle de relais envers le Service Interne de Prévention et de Protection en ce qui concerne l'identification et la systématisation des problèmes et plaintes liés à la manutention des charges**
- **porter un regard positif et critique sur les tâches et leur exécution (méthodologie) ainsi que sur la fonction elle-même de manière à pouvoir fournir au Service Interne de Prévention et de Protection un retour d'information sur les éventuels problèmes.**

Pour qui ?

Le contenu de la formation peut être adapté aux exigences spécifiques de votre entreprise et à son public-cible. La formation est destinée à tous les niveaux de la ligne hiérarchique.

Contenu

Le programme recouvre des parties théoriques, pratiques et didactiques.

- Législation en la matière.
- Cours de base sur prévention des maux de dos et les instructions relatives à la manutention des charges.
- Exercices techniques de manutention des charges.
- Introduction générale à l'ergonomie.
- Liste de contrôle : comprendre et utiliser.
- Observation d'un poste de travail au moyen d'une liste de contrôle.
- Chercher des solutions théoriques et pratiques possibles.
- Apprendre à donner des cours de théorie (avec observation vidéo).
- Protocole en matière de manutention des charges.
- Apprendre à montrer les techniques de manutention des charges (avec observation vidéo).

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 4 jours. Maximum 12 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation - Manutention de charges et prévention des troubles musculo-squelettiques

Les troubles musculo-squelettiques sont une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation sur la manutention de charges peut donc vous faire économiser, en tant qu'employeur, pas mal d'argent et de la sorte, vous répondez aussi à vos obligations légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos**
- **Il/elle est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos**
- **Il/elle applique correctement les différentes techniques de levage**
- **Il/elle recherche lui/elle-même des solutions de façon créative**

Pour qui ?

Toute personne qui effectue un travail mettant le dos à contribution : les magasiniers, peintres, jardiniers, technicien(ne)s de surface, ouvriers du bâtiment, …

Contenu

La formation est constituée d'une partie théorique concise et conviviale pour les participants :

- des explications interactives sur l'anatomie et la fonction du dos
- la différence entre charge - capacité de charge - surcharge
- les causes des lésions au dos et problèmes de dos
- une compréhension des risques au travail
- une approche personnelle de la prévention des problèmes de dos.

Elle est suivie d'une session d'exercices pratiques et variés :

- les bonnes positions pour le dos
- les techniques de levage ménageant le dos.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation traite des situations les plus courantes de manutention de charges.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation - Manutention de personnes et prévention des troubles musculo-squelettiques

Les troubles musculo-squelettiques sont une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation sur la manutention de personnes peut donc vous faire économiser, en tant qu'employeur, pas mal d'argent et vous permet ainsi de répondre à vos obligations légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il/elle est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos.**
- **Il/elle applique correctement les différentes techniques de levage.**
- **Il/elle recherche lui/elle-même des solutions de façon créative.**

Pour qui ?

Toute personne qui effectue un travail mettant le dos à contribution : travailleurs dans le secteur des soins de santé, de la petite enfance, des maisons de repos et de soins, …

Contenu

La formation est constituée d'une partie théorique concise et conviviale pour les participants :

- des explications interactives sur l'anatomie et la fonction du dos
- la différence entre charge – capacité de charge – surcharge
- les causes des lésions au dos et problèmes de dos
- une compréhension des risques au travail
- une approche personnelle de la prévention des problèmes de dos.

Elle est suivie d'une session d'exercices pratique et variée :

- les bonnes positions pour le dos
- les techniques de levage ménageant le dos.

Le programme est adapté en fonction du type de personnes à soulever (adultes, enfants, bébés, valides, non-valides…) et des moyens à disposition des travailleurs.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation traite des situations les plus courantes de manutention de personnes.

Infos pratiques

Durée : 3 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Services logistiques

Cette formation est composée de deux modules complémentaires :

1. Information concernant l'acquisition du matériel

Ce module est plus spécifiquement destiné au service « Achats ». Il vise à fournir, à ce service, les données de base concernant les critères ergonomiques d'acquisition du matériel (bureaux, sièges, écran, clavier, souris, porte-documents, repose-pied, …).

2. Information et formation au sujet de l'implantation de ces postes de travail

Ce module est, quant à lui, destiné au service chargé de la mise en place. Son but est d'expliquer les critères ergonomiques de l'installation (hauteur du plan de travail, disposition par rapport aux fenêtres et aux luminaires, placement du matériel, …) afin d'améliorer le bien-être général des travailleurs sur écran.

Objectifs

L'objectif est d'aider ces services à acquérir le meilleur matériel possible et à le placer au mieux en tenant compte de contraintes techniques. Ceci permet d'obtenir une optimalisation collective des postes de travail.

Pour qui ?

Le public cible du module d'acquisition du matériel est essentiellement le service « Achats » de l'entreprise tandis que celui du module implantation est plutôt soit le service « Logistique » soit le service « Facility management ».

Contenu

Cette information est donnée, en premier lieu, sous forme d'une présentation des principaux critères à remplir et, en second lieu, d'une discussion interactive avec les participants pour répondre à leurs questions et préoccupations. Ceci permet, éventuellement, de mettre sur pied des programmes d'aide spécifique.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : La durée de cette formation varie en fonction des desiderata de votre entreprise.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

5

Sécurité

Service

Visite des lieux de travail – A B C+

Réalisation d'une visite des lieux de travail pour les clients A B C+.

Objectifs

- **Informer l'employeur de ses obligations légales.**
- **Identifier les dangers et les risques de l'entreprise.**
- **Proposer des mesures de prévention.**
- **Donner un avis concernant les risques pour la surveillance médicale des travailleurs.**
- **Pour le conseiller en prévention-médecin du travail, prendre connaissance des conditions de travail en vue de réaliser la surveillance médicale.**

Pour qui ?

Toute entreprise A B C+.

Contenu

spmt arista se tient à disposition du SIPP de tout employeur afin de réaliser les visites des lieux de travail souhaitées.

Sur base d'une planification de préférence annuelle et en fonction du domaine du bien-être concerné, le conseiller en prévention référent de l'entreprise pour son domaine (santé, sécurité, ergonomie, hygiène ou aspects psychosociaux), réalise la visite des lieux de travail.

Lors de la visite, le conseiller en prévention :

- informe l'employeur de ses obligations légales pour son domaine d'activités
- identifie les dangers et les risques
- propose des mesures de prévention
- définit des risques prioritaires à prendre en charge
- vérifie le suivi des mesures de prévention prises depuis la dernière visite.

Après la visite, le conseiller en prévention :

- rédige un rapport des constatations faites lors de la VE.

Le template de rapport est :

- soit le modèle référencé de **spmt arista**
- soit un modèle spécifique validé par l'entreprise.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.
Le conseiller en prévention-ergonome de **spmt arista**.
Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.
Le conseiller en prévention-hygiéniste de **spmt arista**.
Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **spmt arista**.

Infos pratiques

Sur les lieux de travail.
Les locaux à visiter doivent être accessibles.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Visite des lieux de travail – C- D

Réalisation d'une visite des lieux de travail pour les clients C- et D.

Objectifs

- **Informer l'employeur de ses obligations légales.**
- **Identifier les dangers et les risques de l'entreprise.**
- **Proposer des mesures de prévention.**
- **Donner un avis concernant les risques pour la surveillance médicale des travailleurs.**
- **Démarrer/mettre à jour l'avis stratégique.**

Pour qui ?

Toute entreprise C- D.

Contenu

spmt arista propose un rendez-vous à l'employeur pour réaliser la visite des lieux de travail conformément à la périodicité requise en fonction du risque de l'entreprise.

Lors de la visite, le conseiller en prévention :

- donne les informations nécessaires pour l'utilisation du webservice
- informe l'employeur de ses obligations légales
- identifie les dangers et les risques
- propose des mesures de prévention
- définit des risques prioritaires à prendre en charge
- vérifie le suivi des mesures de prévention prises depuis la dernière visite
- présente et commente l'avis stratégique.

Après la visite, le conseiller en prévention :

- rédige un rapport des constatations faites lors de la VE
- implémente la base de données Safetify permettant à l'employeur de réaliser la gestion dynamique du bien-être de ses travailleurs
- implémente l'avis stratégique.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Sur les lieux de travail effectifs.
Les locaux à visiter doivent être accessibles.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Audit de sécurité pour la mise en service de machines

Audit de sécurité de machines existantes ou d'équipements de travail.

Objectifs

- **Assurer la conformité des équipements de travail anciens ou exempts de rapport de mise en service.**
- **Assurer la sécurité des équipements et des utilisateurs.**

Pour qui ?

Employeur, SIPP, services techniques.

Contenu

Réalisation d'un examen de la conformité sur base de l'annexe IV 2-2 concernant les prescriptions minimales générales (19 points), titre 2 du livre IV du code du bien-être au travail. Recommandations techniques et organisationnelles.

Méthode

- Visite de l'installation en présence de l'employeur et d'un utilisateur formé.
- Observation de l'équipement lors de son utilisation, son démarrage, sa maintenance (réglage, entretien 1ère ligne).
- Evaluation de la conformité aux prescriptions minimales générales de la législation (19 points).
- Propositions d'améliorations techniques ou organisationnelles.
- Réalisation d'un rapport par équipement.

Le document de mise en conformité devra être archivé dans le dossier machine.
Des fiches d'instructions simplifiées types peuvent être transmises à l'entreprise.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Sur les lieux de travail.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Safety Audit

Réalisation d'un état des lieux de la prise en charge de la politique du bien-être au travail au sein d'une entreprise ou de l'unité d'exploitation.

Objectifs

- **Cartographier la prise en charge des dangers et risques au sein de l'entreprise ou de l'unité d'exploitation.**
- **Identifier des mesures de prévention.**
- **Définir les actions prioritaires.**
- **Permettre à l'employeur de mettre à jour ses plans global et annuel.**
- **Permettre à l'employeur de planifier les mesures à prendre.**

Pour qui ?

Tout employeur.

Contenu

L'interlocuteur **spmt arista** organise une réunion avec l'employeur et / ou le SIPP, sur base d'une check-list type, il va :

- identifier les différents dangers et risques ainsi que leur niveau de prise en charge
- identifier les mesures de prévention encore à prendre et les prioriser
- accompagner l'employeur/SIPP dans la rédaction/mise à jour de son plan global et annuel
- accompagner l'employeur SIPP dans la planification des actions nécessaires à la mise en place de la gestion dynamique des risques au sein de l'entreprise.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le safety audit se base uniquement sur les informations recueillies lors d'une réunion.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyse des risques sécurité

Avec l'analyse des risques, le client pourra :

- compléter ses plans de prévention global et annuel
- prendre des mesures concrètes sur le terrain
- respecter la législation
- faire évoluer sa gestion dynamique de gestion des risques.

Objectifs

L'analyse des risques va cibler les différents dangers présents sur les lieux de travail, va mettre en avant les risques associés et donner des pistes concrètes d'actions pour supprimer ou diminuer ces risques.

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A, B, C et D.

Contenu

L'analyse des risques est la base de la politique de prévention.

L'analyse de risques de l'entreprise reprend :

- l'identification des dangers pour le bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail
- la liste des risques découlant de ces dangers
- l'évaluation des risques (faible à élevé).

Cette analyse doit être menée à différents niveaux :

Niveau 1 : L'organisation dans son ensemble

L'organisation sera dans un premier temps évaluée dans son ensemble ; la politique générale en matière de bien-être sera examinée, ainsi que la sécurité des bâtiments, la sécurité contre les incendies, l'organisation des contrôles techniques, la formation, les instructions, l'organisation d'un secourisme d'entreprise, ...

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Niveau 2 : Chaque groupe de postes de travail et/ou de fonctions

Pour chaque poste de travail et/ou fonction, une analyse de risques est établie. Les tâches et actes réalisés sur les postes de travail, les outils et substances utilisées seront ici étudiés.

Niveau 3 : L'individu

En rapport avec ces postes de travail et/ou fonctions, il sera vérifié quels individus sont soumis à une évaluation de santé, si celle-ci est nécessaire, en concertation avec le conseiller en prévention – médecin du travail.
Les formations relatives à la sécurité seront examinées.

Étape 1 : Etablissement d'un inventaire

Les dangers sont identifiés à l'aide de visites sur les lieux de travail, d'entretiens, d'une observation des tâches, … Un inventaire de tous ces dangers est établi.

Étape 2 : Evaluation des risques

Le risque résultant de ce danger sera évalué. À l'aide de la probabilité de survenance d'un dommage, de la gravité des dommages subis et de l'exposition au danger, une évaluation du risque est proposée. Cette évaluation du risque permet d'établir un classement des risques (d'élevés à faibles) et de déterminer des priorités pour l'approche des risques.

Étape 3 : Proposition de mesures de prévention

Pour tous les risques dans l'inventaire, des mesures de prévention sont proposées. La préférence sera donnée ici à l'évitement du risque dans l'entreprise. Si ce n'est pas jugé possible, il faudra passer à des mesures pour ainsi éviter ou limiter les dommages.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Selon l'entreprise, ses activités, l'outil sera différent. La méthodologie sera discutée et validée avec le client.

Fourniture d'un rapport, possibilité d'effectuer un suivi régulier sous forme de mise à disposition.

Service

Aide à l'élaboration du plan global et du plan annuel d'actions

L'établissement d'un plan de prévention global et d'un plan d'action annuel n'est pas une tâche aisée pour un employeur. Les conseillers en prévention d'spmt arista peuvent aider votre entreprise dans la rédaction de plans de prévention pratiques.

La loi impose aux employeurs l'établissement et la rédaction d'un plan quinquennal global de Prévention. Ce plan global doit être établi en collaboration avec la ligne hiérarchique et le Service Interne de Prévention et de Protection au travail.
Il doit, s'il en existe un, être soumis au Comité de Prévention et de Protection ou au Comité de concertation.
Le plan global décrit les activités et les actions de prévention qui doivent être exécutées ou développées au cours des 5 années suivantes.

Sur base du résultat de l'analyse des risques, nous pouvons apporter notre expertise à votre entreprise afin de rédiger vos plans globaux de prévention et les plans d'action annuels.

La plus-value pour vous en tant que client :
- avoir une vue claire sur les actions améliorant le bien-être et la sécurité au sein de votre entreprise
- avoir une planification priorisée de ces actions en fonction de sa réalité
- conformité avec la législation.

Objectifs

Aide concrète de terrain aux entreprises pour :
- **formaliser suivant les prescriptions de la législation les actions qui améliorent la sécurité existantes ou prévues dans l'entreprise, sur base des informations communiquées**
- **structurer et prioriser les actions améliorant le bien-être au travail dans l'entreprise, en tenant compte de sa réalité**
- **se conformer à la législation (art I.2-8 du Code du bien-être au travail).**

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A, B, C et D.

Contenu

Le plan global de prévention comprend :

- les résultats de l'analyse des risques
- les mesures de prévention à établir
- les objectifs prioritaires à atteindre
- les activités et missions nécessaires pour atteindre les objectifs (mesures de prévention)
- les moyens organisationnels, matériels et financiers
- les missions, obligations et moyens de toutes les personnes concernées
- le mode d'adaptation du plan global de prévention lors d'un changement de circonstances
- les critères d'évaluation de la politique en matière de bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail.

Le Plan annuel d'action décrit les actions qui doivent être effectuées dans le cadre de la politique de prévention pour l'exercice de l'année suivante et est élaboré sur base du plan global de prévention.

Le plan d'action annuel comprend :

- les objectifs prioritaires dans le cadre de la politique de prévention pour l'exercice de l'année suivante
- les moyens et méthode(s) pour atteindre ces objectifs (mesures de prévention)
- les missions, obligations et moyens de toutes les personnes concernées.

Ce plan doit être facilement accessible aux différentes instances et doit être considéré comme un outil de « management de la sécurité ».

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

La méthodologie sera discutée et validée avec le client.
Listing sur base d'un tableau.
La participation de la ligne hiérarchique est indispensable pour déterminer les mesures prévues par l'entreprise pour l'amélioration du bien-être au travail.

Fourniture d'un rapport, possibilité d'effectuer un suivi régulier sous forme de mise à disposition.

Service

Réalisation d'un plan d'urgence

L'employeur doit établir un plan d'urgence interne pour assurer la sécurité des travailleurs.

En fonction des risques de l'entreprise, des procédures seront établies en concertation avec votre SIPP et l'employeur.

Elles seront adaptées aux situations dangereuses et aux éventuels accidents ou incidents sur les lieux de travail. Elles constitueront la base du plan d'urgence.

Les procédures porteront sur : les informations et instructions à suivre en cas d'urgence ; le Système Alerte – Alarme et communication ; les exercices de sécurité et d'évacuation ; la procédure pour les premiers secours et soins d'urgence.

L'employeur doit également disposer d'un plan d'intervention et d'évacuation afin de rendre l'intervention des services de secours la plus efficace possible.

Objectifs

Aide concrète de terrain aux entreprises pour :

1. **se conformer à la législation (art ; I.2-23 du code du bien-être au travail)**
2. **mettre en place des mesures et procédures concrètes en cas de problème majeur ou d'urgence**
3. **faire participer les partenaires sociaux et les travailleurs via le CPPT**
4. **étude de l'incidence des événements internes ou externes pouvant porter atteinte à la sécurité des travailleurs**
5. **garantir au maximum la continuité de l'activité de l'entreprise en cas de problème majeur**
6. **assurer l'intervention rapide des unités de secours.**

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A, B, C et D.

Contenu

Plan d'intervention

Le plan d'intervention est un ensemble de données (graphiques et textuelles) concernant un bâtiment ou une installation destiné à familiariser le service d'incendie avec la disposition complète de ce bâtiment ou de cette installation.

Le plan d'intervention comprend les différents documents et plans.

Plan d'évacuation

Le plan d'évacuation comprend les procédures qui sont en vigueur en cas de situations d'urgence telles que : incendie, explosion, accident grave, alerte à la bombe, …
Le plan d'évacuation comprend les procédures suivantes :

- Information et les instructions au personnel concernant un comportement efficace, une bonne collaboration et fixer les responsabilités (par exemple coordination en cas d'incendie).
- Le système d'alarme et de communication : qui fait quoi en cas détection de situation d'urgence, comment s'effectue l'alerte, comment se déroule la suite du point de vue communication.
- Les exercices d'évacuation : les exercices d'évacuation et de l'équipe d'intervention. Déroulement de l'évacuation et premiers soins : qui fait quoi.
- Moyens pour les premiers soins : local premiers soins, boîtes de secours, secouristes, accords avec l'hôpital…

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Selon l'entreprise, ses activités, l'outil sera différent. La méthodologie sera discutée et validée avec le client.

Fourniture d'un rapport, possibilité d'effectuer un suivi régulier sous forme de mise à disposition.

Service

Assistance en cas d'accident du travail grave

Rédaction du rapport circonstancié et de la proposition de plan d'action lors d'un accident du travail grave, tel que défini à l'art. I.6-2 du code du bien-être au travail.

Objectifs

Diminuer la répétition de la survenance d'un accident par l'analyse des causes d'un accident et la prise de mesures de prévention adéquates, conformément à l'art. I.6-5 du code du bien-être au travail.

Pour qui ?

Obligatoirement pour les entreprises C- et D.
En soutien au SIPP pour les entreprises A B C+.

Contenu

Dès la réception de la déclaration d'accident ou de la demande :

- prise de rendez-vous avec l'employeur
- visite du lieu de l'accident
- entretiens avec les témoins éventuels
- analyses des causes en collaboration avec l'employeur, la ligne hiérarchique, les témoins et les éventuelles entreprises tierces
- rédaction du rapport circonstancié et d'un projet de plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Le rapport circonstancié doit être rédigé dans les 10 jours qui suivent l'accident.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Examen de l'accident du travail

spmt arista peut analyser la fréquence, la gravité et les causes des accidents en collaboration avec le SIPP et/ou la ligne hiérarchique.

Contenu

Cette analyse se fonde sur les données relatives aux accidents du travail des 5 dernières années. Nous analysons ensuite les causes des accidents. L'examen statistique nous permet d'identifier les principales causes de ceux-ci selon :

- la forme
- l'agent matériel
- l'emplacement des lésions
- la nature des lésions.

Nous analysons ensuite, en collaboration avec le SIPP, les accidents tels que :

- les chutes
- les attaques à main armée
- les chocs avec des objets
- les accidents de la route (en voiture, en camion, à vélo, en cyclomoteur ou à pied)
- les efforts physiques et les faux mouvements, la manutention manuelle de charges
- les produits dangereux
- …

Proposition et plan d'action

Après avoir identifié les principales causes d'accidents, nous proposons un certain nombre de mesures de prévention visant à limiter les risques. Il est souhaitable d'élaborer un plan d'action en coopération avec le SIPP. Dans un premier temps, celui-ci se penche sur les accidents graves, ainsi que sur les accidents entraînant les blessures les plus graves et donnant lieu à un absentéisme élevé.

Diverses mesures peuvent être prises avec votre aide :

- lancer une campagne de sensibilisation
- informer la ligne hiérarchique sur la manière dont elle peut informer et encourager le personnel à se conformer aux directives en matière de sécurité
- participer à l'élaboration d'un registre de sécurité
- formation de la ligne hiérarchique
- contribuer à l'élaboration d'un plan d'action annuel
- contribuer à l'élaboration d'un plan quinquennal
- réaliser des enquêtes sur le lieu de travail visant à examiner les causes de l'accident
- publier des articles dans le magazine de l'entreprise
- soutenir la campagne à l'aide de photos et de consignes de sécurité
- suivi
- évaluation annuelle.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Il est utile d'évaluer chaque année les résultats obtenus. Cela peut se faire en abordant les statistiques mensuelles sur les accidents du travail au sein du Comité pour la Prévention et la Protection au Travail.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Coordination de chantier

Gestion du risque lié au travail de plusieurs entreprises sur un même chantier au même moment.

Objectifs

- **Détection des risques présents sur un chantier de construction.**
- **Mesures préventives à mettre en place pour que chaque entreprise et chaque travailleur puissent travailler en toute sécurité.**
- **Réalisation du Plan Particulier de Santé-Sécurité (PPSS).**

Pour qui ?

L'employeur susceptible de travailler sur un chantier en même temps que d'autres entreprises (coordination de chantier).

Contenu

- Visite du chantier (utilisation de photos, documents mis à disposition par l'entreprise).
- Lecture du PGSS du Maître d'Ouvrage pour la rédaction du PPSS.
- Rédaction du PPSS.
- En option : réalisation de supports d'information pour les travailleurs (rappel des règles et usages sur les chantiers).

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Sur chantier.
Remarque : Cette prestation ne remplace pas la mission du coordinateur sécurité.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Avis sur cahiers des charges produits et matériels en termes de sécurité

Objectifs

Soutenir le Service Interne de Prévention et de Protection en donnant un avis sur cahiers des charges produits et matériels en termes de sécurité.

Pour qui ?

Tout employeur, ligne hiérarchique ou SIPP.

Contenu

Détermination des modalités pratiques afin de donner les avis légaux à propos des équipements de travail et de protection.

En ce qui concerne les équipements de travail
L'article IV.2-6 du code du bien-être au travail indique que le bon de commande ou le cahier des charges doit comporter l'exigence du respect :

1. des lois et règlements en vigueur en matière de sécurité et d'hygiène;
2. des conditions de sécurité et d'hygiène non prévues nécessairement dans les lois et règlements en matière de sécurité et d'hygiène, mais indispensables pour atteindre l'objectif fixé par le système de gestion dynamique des risques visé à l'article I.2-2.

A cet égard, il convient d'envisager non seulement les situations pour lesquelles la réglementation ne prévoit aucune disposition spécifique et pour lesquelles d'autres modalités de commande (par exemple, normes, règles de bonne pratique) doivent figurer sur le bon de commande, mais aussi les conditions dans lesquelles l'équipement de travail est amené à être utilisé (par exemple, atmosphère humide, risque d'explosion, vibrations, etc.). Il sera donc parfois nécessaire d'ajouter des conditions particulières sur le bon de commande.

En ce qui concerne les équipements de protection collective
L'art IX.1-10 du code du bien-être au travail détermine les modalités auxquelles doivent répondre les bons de commande pour les équipements de protection collective.

En ce qui concerne les équipements de protection individuelle
L'art IX.2-12 du code du bien-être au travail détermine les modalités auxquelles doivent répondre les bons de commande pour les équipements de protection individuelle.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : Au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Avis, aide au choix des équipements de protection (individuels, collectifs)

Par équipement de protection collective ou individuelle (EPC ou EPI) on entend tout équipement destiné à être porté ou tenu par le travailleur en vue de le protéger contre un ou plusieurs risques susceptibles de menacer sa sécurité ou sa santé au travail, ainsi que tout complément ou accessoire destiné à cet objectif. **spmt arista** peut vous aider à procéder à une appréciation des équipements de protection individuelle ou collective que vous envisagez d'acquérir et ce, afin d'évaluer dans quelle mesure votre futur achat répond aux conditions prescrites ou à une évaluation des équipements existants.

Objectifs

Soutenir le Service Interne de Prévention et de Protection en donnant un avis sur les équipements de protection collective ou individuelle.

Pour qui ?

L'employeur susceptible de travailler sur un chantier en même temps que d'autres entreprises (coordination de chantier).

Contenu

De manière générale, tout équipement de protection individuelle et collective doit remplir les conditions suivantes :

- être approprié aux risques à prévenir, sans induire lui-même un risque accru
- répondre aux conditions existantes sur le lieu de travail
- tenir compte des exigences ergonomiques, de confort et de santé du travailleur
- convenir à son éventuel porteur, après tout ajustement nécessaire.

La mise à disposition d'équipements de protection individuelle ne peut être envisagée que si un risque résiduel ne peut être limité ou éliminé à la source, que si toutes les autres techniques ont été étudiées et se sont révélées insuffisantes.

Achat d'équipement de protection individuelle.

La procédure d'achat doit respecter les 4 étapes suivantes :

Étape 1 : analyse et évaluation des risques résiduels, qui ne peuvent être éliminés par d'autres moyens, mesures organisationnelles ou moyens de protection collective.

Étape 2 : définition des caractéristiques que les équipements de protection individuelle doivent satisfaire, compte tenu des éventuelles sources de risques que peuvent eux-mêmes constituer les équipements de protection individuelle.

Étape 3 : comparaison des caractéristiques des équipements de protection individuelle disponibles avec les caractéristiques nécessaires.

Étape 4 : choisir des équipements de protection individuelle et déterminer de la quantité nécessaire, y compris accessoires et pièces de rechange.

Lors de cette appréciation, nous tenons compte des éventuelles personnes qui souffrent d'un handicap et nous tenons par exemple compte de la nécessité de verres correcteurs ou de semelles orthopédiques. Nous pouvons également vous aider à rédiger un bon de commande afin que celui-ci satisfasse aux conditions légales.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : Au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Mise à disposition d'un conseiller en prévention

Grâce à leurs compétences et à leur expérience, nos conseillers en prévention vous apportent une assistance continue ou temporaire pour remplir les missions et tâches définies au titre 1 du livre II du code du bien-être au travail (Service Interne de Prévention et de Protection au travail).

Objectifs

- **Assurer le remplacement temporaire de votre SIPP.**
- **Soutenir le Service Interne de Prévention et de Protection en mettant à votre disposition un conseiller en prévention sécurité de niveau I ou II en fonction des besoins de votre entreprise.**

Pour qui ?

Entreprises A B C dont le SIPP est temporairement absent ou ne pouvant assurer toutes les tâches et missions prévues dans la législation.

Contenu

Les missions et tâches de nos conseillers en prévention mis à disposition sont principalement les suivantes :

- participation à l'identification des risques dans l'entreprise
- donner un avis sur les résultats de l'analyse des risques
- visite systématique des lieux de travail
- enquête après accident et incident sur les lieux de travail
- donner un avis en matière d'achat d'équipements de travail, de protection individuelle ou collective
- aider à l'élaboration du Plan Global de prévention, du Plan Annuel d'Action et des rapports mensuels ou trimestriels (< 50 travailleurs)
- collaboration pour la tenue à jour de la documentation
- aider à la mise en œuvre d'une politique d'accueil, d'information, de formation et de sensibilisation des travailleurs aux mesures prises pour assurer le bien-être au travail
- donner un avis relatif aux instructions concernant :
  - l'utilisation des équipements de travail
  - la mise en œuvre de produits dangereux
  - l'utilisation des protections individuelles et collectives
  - la prévention incendie
  - les procédures à suivre en cas de danger grave et immédiat.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : Au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Formation

Ligne hiérarchique – Politique du bien-être

Dans la mise en place d'une politique de bien-être au travail, différents acteurs ont un rôle et une responsabilité : l'employeur, les travailleurs, le service interne de prévention et de protection et le service externe de prévention et de protection mais aussi l'ensemble de la ligne hiérarchique.

Objectifs

Si une entreprise veut mettre en place une politique du bien-être efficace, en première instance, l'employeur doit exiger une attitude positive et fondamentale à l'égard du bien-être. En second lieu, cette politique doit être exécutée et portée par la ligne hiérarchique. Du point de vue légal, il existe un nombre important de responsabilités attribuées à ces personnages-clés de l'entreprise. La formation dispensée a pour objectif de leur présenter ces responsabilités mais aussi de faire prendre conscience de leur importance.

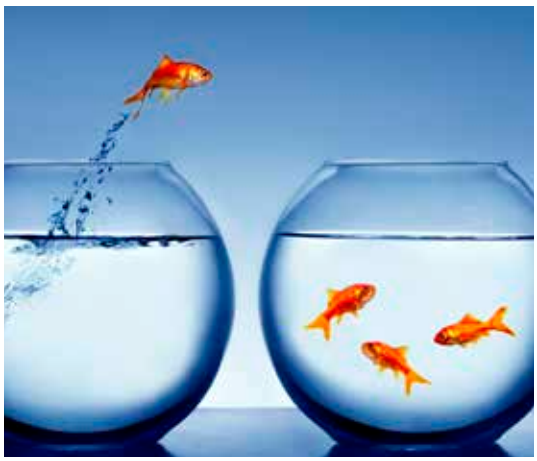
Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique.

Contenu

Le cadre général est décrit au même titre que les aspects pratiques suivants :

- tâches et obligations de la ligne hiérarchique concernant la politique du bien-être
- support du service interne de prévention et de protection
- accident du travail et absentéisme.



Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Analyse de risques en pratique

La formation est destinée à tout employeur désireux de mettre en œuvre une politique de prévention au sein de son entreprise. Une des premières étapes de cette politique est d'identifier les dangers et les risques afin de prévoir les mesures de prévention adéquates et adaptées.

Objectifs

Inventorier et évaluer les risques dans le domaine de la sécurité au travail afin de pouvoir définir les mesures de prévention adéquates destinées à éliminer les risques ou à ramener le risque résiduel à un niveau acceptable.
Ces mesures aboutissent en fin de compte à un plan d'action clair, fixant les priorités.

Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique.

Contenu

L'analyse de risques peut s'effectuer à trois niveaux différents :
- niveau 1 : l'organisation
- niveau 2 : les postes de travail et/ou les fonctions
- niveau 3 : l'individu.

Différentes méthodes peuvent être utilisées pour réaliser une analyse de risques :
- les check-lists
- la visite des lieux de travail
- l'observation
- les groupes de travail avec participation active des travailleurs concernés (deparis, kinney, …)
- la pondération des risques avec détermination des priorités
- la réalisation de mesurages.

Présentation du logiciel SAFETIFY.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Analyse des accidents de travail

Afin d'éviter leur répétition, il est essentiel d'analyser les causes réelles des accidents et incidents qui se produisent sur les lieux de travail. En agissant de manière préventive sur les causes, l'entreprise réduit les risques de nouveaux accidents et participe activement à la gestion dynamique de son système de sécurité.

Objectifs

Au terme de cette formation, les travailleurs doivent être en mesure de :

- **réaliser une enquête sur les accidents de travail**
- **formuler des mesures de prévention pour éviter des accidents similaires.**

Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique, les conseillers en prévention, les responsables du personnel, …

Contenu

Les participants sont familiarisés avec un certain nombre de méthodes pour l'exécution d'une telle analyse. Après l'explication théorique des méthodes, elles sont mises en pratique à l'aide d'exemples concrets.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Espaces verts

Cette formation est adaptée aux entreprises où les travailleurs manient régulièrement des tronçonneuses, des tondeuses, des débroussailleuses ou des tailles-haies. Chacun des gestes qu'ils pratiquent peut engendrer un danger pour leurs collègues ou pour eux-mêmes et ce malgré le fait que les consignes élémentaires de sécurité sont généralement bien suivies. Il est nécessaire de rappeler régulièrement les dangers à ces travailleurs, de les informer et de les sensibiliser.

Objectifs

- **Diminuer les accidents de travail.**
- **Diminuer les risques pour la santé (bruit, produits chimiques, manipulations ergonomiques, travail avec des outils, …).**
- **Stimuler une position de protection du dos.**
- **Stimuler une prise de conscience des risques découlant de l'utilisation de machines.**
- **Adopter un comportement plus écologique (diminuer l'utilisation de produits chimiques, efficacité, …).**

Pour qui ?

Les ouvriers communaux, les garde-forestiers, les jardiniers, les gardiens de parc, les responsables et conseillers en prévention.

Contenu

Les aspects suivants sont passés en revue :

1. **La législation**
   Description des responsabilités, obligations des travailleurs et de la ligne hiérarchique; la loi sur le bien-être
2. **Les facteurs de risques**
   - Risques d'accidents corporels
   - Bruits et vibrations
   - Risques chimiques, produits dangereux, gaz d'échappement
   - Risques biologiques, tétanos, …
   - Risques liés à l'utilisation de tronçonneuses, de tondeuses, de débroussailleuses ou de tailles-haies, …
3. **Les postures ergonomiques**
4. **Les moyens de protection individuels**
   Lunettes, casques, protections auditives, gants, vêtements de sécurité,…
5. **Conseils pratiques pour améliorer la sécurité et le bien-être des travailleur**

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Conseiller en prévention niveau III

Toute entreprise a l'obligation d'avoir en son sein un (des) conseiller(s) en prévention. Cette formation a pour objectif de fournir aux participants des outils de base afin de gérer la prévention au sein de leur entreprise.

Objectifs

A l'issue de cette formation, les participants seront notamment capables de :

- **maîtriser les rôles et responsabilités de chacun en matière de bien-être au travail**
- **dépister les dangers, évaluer les risques et réaliser des plans d'action en proposant les moyens de prévention adaptés**
- **rechercher l'information utile en ce qui concerne le bien-être au travail**
- **analyser les accidents**
- **assister l'employeur pour contribuer à la mise en conformité de l'entreprise sur un plan légal et réglementaire.**

Pour qui ?

Les (futurs) conseillers en prévention, Relais-sécurité, les membres de la ligne hiérarchique, les responsables du personnel, …

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation.

Contenu

Module 1	Introduction + réglementation
Module 2	Acteurs, rôles et responsabilités
Module 3	Système Dynamique de Gestion des Risques et analyses de risques
Module 4	Analyses d'accident + plans d'action
Module 5	Surveillance de la santé en milieu de travail (y compris les maladies professionnelles et les contraintes que représentent le travail devant écran et la manutention)
Module 6	Produits dangereux + amiante
Module 7	Introduction à l'ergonomie de l'activité dans le travail
Module 8	Risques psychosociaux
Module 9	Facteurs d'ambiance : bruit, lumière, confort thermique, vibrations, qualité de l'air
Module 10	Accueil des nouveaux travailleurs + Travail avec tiers, Chantier temporaire ou mobile et intérimaires
Module 11	Plan d'Urgence Interne + incendie + premiers secours
Module 12	Electricité + Atex + signalisation de sécurité
Module 13	Équipements de travail + levage + hauteur
Module 14	Espaces confinés + Équipements de Protection Individuels + Examen

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formateur Le conseiller en prévention-sécurité de **spmt arista**.

Examen A l'issue de la 7e journée, les candidats passeront un examen pour estimer s'ils ont acquis les connaissances nécessaires.
Il s'agit d'un questionnaire à choix multiple (40 questions).
En cas de réussite (70%), un certificat est remis au participant.

Infos pratiques

Durée : 7 jours. Maximum 25 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Horaire : de 9h à 17h.

Repas : le repas de midi et le café durant les pauses sont offerts (si la formation se déroule dans les locaux de **spmt arista**).

Formation

Conseiller en prévention niveau II

Formation multidisciplinaire de base + spécialisation de Niveau II.

La loi du 4 août 1996 impose aux entreprises de créer un service interne pour la prévention et la protection au travail (SIPP) et de désigner un Conseiller en Prévention. Ce dernier, pour pouvoir effectuer efficacement ses missions, doit avoir une connaissance de la législation relative au bien-être, mais aussi posséder les compétences techniques et scientifiques requises.

Pour qui ?

Les conseillers en prévention :
- qui seront chargés de la direction du SIPP dans les entreprises de type B ou C
- qui participent au SIPP dans les entreprises de type A.

Conditions d'admission

Formation multidisciplinaire de base : aucune
- Spécialisation de niveau II : être porteur d'un certificat de l'enseignement secondaire supérieur ou avoir suivi un cours de niveau de base (Niveau III)
- avoir une expérience utile de 5 ans dans un service de prévention
- avoir suivi et réussi le module multidisciplinaire de base (123h)

Contenu

Formation multidisciplinaire de base

Assure la formation générale relative aux différents domaines qui constituent le bien-être au travail, l'analyse des principaux risques et des moyens à mettre en œuvre pour les gérer.

Spécialisation de niveau II

Formation orientée davantage sur les aspects pratiques de la prévention permettant aux participants de disposer du savoir-faire et du savoir-être nécessaires à l'accomplissement de leurs missions.

Infos pratiques

Durée : 219 heures de cours (123 h + 96 h).
Horaires : les mardis et les jeudis de 8h45 à 12h et de 12h45 à 16h.
Formation de base : d'octobre à mars.
Spécialisation : de mars à juin.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Conseiller en prévention

module complémentaire pour coordinateur

L'A.R. du 25 janvier 2001, qui réglemente la sécurité sur les chantiers temporaires ou mobiles, stipule que lorsque des travaux sont exécutés sur un chantier par plusieurs entrepreneurs, le maître d'ouvrage doit procéder à la désignation de coordinateurs de sécurité et de santé.

Si ce même arrêté prévoit les conditions d'accès à cette profession, c'est dans celui du 19 décembre 2001 que sont définies les dispositions concrètes pour la formation des coordinateurs.

Pour qui ?

Les conseillers en prévention de Niveau I ou II qui souhaitent exercer la fonction de Coordinateur et qui ont été diplômés après le 1er mai 2004.
Les coordinateurs désireux de prouver qu'ils disposent des connaissances de base exigées par la législation.
Les conseillers en prévention qui cherchent à acquérir les connaissances nécessaires pour être à même de communiquer efficacement avec les coordinateurs chantiers.

Conditions d'admission

Etre porteur d'un certificat de Conseiller en prévention de Niveau I ou II.

Contenu

Tout en restant fidèle aux exigences de l'arrêté royal, le programme développé par le CRESEPT a cherché à mettre l'accent sur la pratique (visite de chantiers, études de cas, …). Les chargés de cours qui interviennent dans le cadre du programme sont pour la plupart des professionnels du monde de la construction qui viennent partager leur expérience dans le domaine de l'analyse des risques sur chantiers, de la mise en oeuvre des outils de la coordination et de la rédaction des documents exigés (PV, PSS, journal de coordination, DIU, rapports circonstanciés, …).

- La réglementation.
- De la coordination E à la coordination A.
- Mise en place de la coordination au travers des intervenants.
- Présentation des outils du coordinateur.
- Les risques généraux sur chantiers.
- Les risques spécifiques sur chantiers.
- Les responsabilités du coordinateur.
- Gestion temporelle et spatiale des tâches ou planification des tâches.
- Installation et organisation de chantier.
- Définition des moyens de manutention communs.
- Sécurisation des zones de circulation.
- Gestion des échafaudages (compétence des personnes).
- La réglementation relative à l'environnement.
- Les outils de la coordination en pratique.
- Intégration des exigences sécuritaires au travers de l'analyse de risques pour le PSS.
- De l'importance du PSS dans les remises d'offres.
- Prise en compte des interventions ultérieures au niveau projet et le DIU.
- La réglementation relative aux marchés publics.
- La signalisation sur chantier.
- Les réunions de coordination et les visites de chantiers - Le reporting de chantier et le suivi de la coordination.
- Analyse de risques sur chantiers - Etude de cas.
- Evaluation des connaissances (écrite et orale).

Infos pratiques

Durée : 30 heures de cours (+ évaluation écrite et orale).
Horaires : 5 vendredis de 8h45 à 12h et de 12h45 à 16h (novembre-décembre).

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Travailler en sécurité sur un échafaudage

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Objectifs

Faire acquérir par le personnel amené à travailler sur un échafaudage les connaissances et les compétences requises pour l'exécution de leurs tâches (utilisation, montage ou contrôle d'un échafaudage).

Pour qui ?

Le personnel des entreprises amené à travailler sur un échafaudage.

La formation est adaptée en fonction du profil du travailleur selon le schéma suivant :

Groupe cible	Utilisateur	Monteur expérience	Monteur sans expérience
Durée	1 demi-journée	1 jour	2 jours
Type de formation	Théorie	Théorie et pratique	Théorie et pratique
Examen	Oui	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation	Attestation de participation	Attestation de participation
Prérequis	Aucun	Aucun	Aucun

Prérequis
Le candidat ne doit pas être sujet au vertige.

Obligation légale
code du bien-être au travail- AR 31/08/2005 - Art. 18.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu

Théorie

- La législation : Code du bien-être au travail.
- Les risques liés aux travaux en hauteur et la hiérarchisation des mesures de prévention.
- Choix du matériel.
- Les compétences des différentes personnes.
- Avant de monter sur un échafaudage.
- Définition des charges admissibles.
- Plan d'implantation et de montage.
- Ancrage et amarrage.
- Étude préalable au montage d'un échafaudage fixe.
- Vérification d'un échafaudage avant utilisation.
- Prise en compte des conditions climatiques.
- Montage en sécurité des échafaudages fixes.
- Utilisation des échafaudages fixes.
- Contrôle des échafaudages en cours d'utilisation.
- Transformation en sécurité des échafaudages.
- Démontage en sécurité des échafaudages.
- Mise à disposition des documents.
- Utilisation et montage des échafaudages mobiles.
- Utilisation des équipements de protection individuelle (EPI) antichute.

Pratique

- Montage / démontage d'un échafaudage

Infos pratiques

Maximum 16 personnes par session.
Formule : français ou néerlandais.

Formation

Travailler en hauteur

Cette formation s'adresse aux travailleurs qui sont amenés à utiliser des nacelles élévatrices. Elle se veut aussi bien théorique que pratique.
Pour l'obtention d'un brevet, elle se clôture par un examen théorique (choix multiples) et pratique (parcours).

Objectifs

Travailler de manière efficace et sécurisée avec une nacelle élévatrice automotrice. Cela implique une parfaite connaissance des techniques de base afin que les conducteurs :

- **deviennent des manutentionnaires efficaces dans le maniement de l'engin et des marchandises**
- **puissent prévenir les blessures, les accidents mais aussi les dégâts aux engins et à l'infrastructure**
- **trouvent l'équilibre entre conduite sûre (= défensive) et productivité (= rapidité d'exécution).**

Pour qui ?

Toute personne avec ou sans expérience qui, dans le cadre de l'exécution de son activité (entretien, montage et inspection), utilise ou est appelée à utiliser des nacelles élévatrices (ciseaux - bras articulé - télescopique).
La formation est adaptée en fonction du profil du travailleur selon le schéma suivant :

Groupe cible	Candidat avec expérience	Candidat ayant une grande expérience et/ou un brevet	Candidat sans expérience	Candidat avec expérience et possédant un brevet	Candidat sans brevet et sans expérience
Durée	1 jour	1 jour	2 jours	1 ou 2 jours	3 jours
Type de formation	Coaching	Rafraîchisse-ment	Formation	Rafraîchisse-ment	Formation
Examen	Non	Oui	Oui	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation	Brevet AV-003	Brevet AV-003	Brevet IS-005	Brevet IS-005

Prérequis

Le candidat doit avoir minimum 18 ans et disposer d'une déclaration d'aptitude médicale.

Selon le type de formation et les compétences du candidat, il peut obtenir :

- une attestation de participation
- un brevet AV-003 (ciseaux = reconnu tâche à risques vca)
- un brevet discipline (bras articulé ou télescopique)
- un brevet IS-005 (ciseaux + bras articulé + télescopique = reconnu tâche à risques VCA).

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu

Théorie

- Législation (Code du bien-être au travail, poste de sécurité, responsabilités, obligations).
- Nacelle élévatrice : définition, commande de direction/sécurité, limiteur de couple, délimitation de l'espace de travail.
- Accidents : règle de Heinrich, exemples concrets.
- Types de nacelles élévatrices : système de traction, aspects techniques, terminologie, tableau de portée.
- Mode d'emploi : inspection visuelle, documents d'agréation.
- Vérification et contrôle de la nacelle élévatrice : quoi et où vérifier.
- Contrôle quotidien.
- Batteries et charges : construction, durée de vie, dangers, entretien et chargement.
- Que faire lors de perturbations : contrôles, mise hors service, communications.
- Stabilité : surcharge, interdictions, pentes, sol, force du vent et autres éléments perturbateurs, limites d'un élévateur.
- Protection en cas de chute : dispositions légales, agréation, types.
- Règles de circulation et de sécurité : opérateur, élévateur, entourage, tiers, matériel, rendement.

Pratique

Base commune

- Effectuer correctement une inspection quotidienne.
- Reconnaître les défaillances dangereuses et les communiquer.
- Contrôler les agréations.
- Appliquer les consignes de sécurité.
- Utiliser correctement un harnais.
- Utiliser correctement les organes de commande.
- Connecter et déconnecter la batterie.
- Adopter une bonne technique de conduite (avant - arrière - tourner - se parquer).
- Effectuer des manoeuvres spécifiques (technique dans les virages - marche arrière - passages étroits).
- Estimer correctement les distances, la profondeur et l'altitude.
- Appliquer l'ordre et la propreté.
- Monter sur l'engin en toute sécurité.
- Utiliser la commande de secours.
- Rouler (vitesse faible/élevée).
- Contrôler les manœuvres.
- Monter la plate-forme à la hauteur maximale, rouler dans la position la plus haute autorisée, descendre la plateforme en position de repos.

Selon le module choisi	AV 003	Discipline	IS 005
1. Déplacement de l'engin	✔	✔	✔
2. Travailler en hauteur	✔	✔	✔
Examen chronométré	Max. 30 min.	Max. 35 min.	Max. 35 min.

Infos pratiques

Groupe de maximum 6 personnes par session.
Langue : français ou néerlandais.

Formation

Chariot élévateur à mât rétractable

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Objectifs

Les participants doivent être capables de travailler de manière sûre, efficace et rentable avec un chariot élévateur frontal, cela implique que les conducteurs doivent :

- **assumer une fonction de sécurité et devenir des manutentionnaires efficaces de marchandises mais aussi des collaborateurs capables de signaler les pannes et dérèglements**
- **trouver un équilibre entre conduite sécurisée et vitesse d'exécution**
- **respecter le matériel et les charges manutentionnées**
- **prévenir les accidents et blessures, prévenir les dommages matériels, réduire les dommages liés au transport.**

Pour qui ?

Toute personne, avec ou sans expérience, qui est appelée à utiliser un chariot élévateur frontal.
Le candidat doit avoir minimum 18 ans et disposer d'une déclaration d'aptitude médicale.

Contenu

Théorie :

- la législation
- les consignes de sécurité
- les éléments de contrôle
- la stabilité
- les risques
- la batterie (contrôles et remplacement)
- les méthodes de stockage
- le diagramme de charges.

Pratique :

- règles de sécurité et de circulation
- contrôles (chariot, batterie)
- détection et communication des pannes
- bonnes pratiques en ergonomie
- technique de conduite.

Processus d'évaluation :

- attestation de participation : évaluation pratique
- brevet : examen théorique + examen pratique.

La formation est agréée Chèque -Formation.
Max.7 chèques /jour /participant.

Selon le type de formation et le module choisi, le candidat peut obtenir :

- brevet de base ou avancé.
- Brevet tâche à risque (AV-001 ou IS-001).

Groupe cible	Candidat expérimenté ou en demande d'une re-attestation	Candidat avec expérience limitée	Candidat sans expérience
Durée	1 jour	3 jours	5 jours
Type de formation	Coaching/ rafraichissement	Formation	Formation
Evaluation	Non/Oui	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation/brevet	Attestation	Attestation

Exercices selon brevet choisi	Basis	Avancé/ IS-001
Circulation à vide et en charge	X	X
Empilage	X	X
Gerbage en rayon	X	X
Chargement/déchargement de camion		X
Charge longue et volumineuse		X
Durée de l'examen	30 min	45 min

Infos pratiques

Durée : 1 à 5 jours. Accueil de 8h00 à 8h30. Formation de 8h30à 16h30.
Max. 8 personnes par session. Repas sandwich, boissons (eau, café) compris.
Langue : français, néerlandais, allemand ou anglais.
Lieu : dans nos centres de formation de Charleroi, Seraing, Erpe-Mere, Herentals, Genk ou Roeselare ou sur site.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Chariot élévateur frontal

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Objectifs

Les participants doivent être capables de travailler de manière sûre, efficace et rentable avec un chariot élévateur frontal, cela implique que les conducteurs doivent :

- **assumer une fonction de sécurité et devenir des manutentionnaires efficaces de marchandises mais aussi des collaborateurs capables de signaler les pannes et dérèglements**
- **trouver un équilibre entre conduite sécurisée et vitesse d'exécution**
- **respecter le matériel et les charges manutentionnées**
- **prévenir les accidents et blessures, prévenir les dommages matériels, réduire les dommages liés au transport.**

Pour qui ?

Toute personne, avec ou sans expérience, qui est appelée à utiliser un chariot élévateur frontal.
Le candidat doit avoir minimum 18 ans et disposer d'une déclaration d'aptitude médicale.

Contenu

Théorie :

- la législation
- les consignes de sécurité
- les éléments de contrôle
- la stabilité
- les risques
- la batterie (contrôles et remplacement)
- les méthodes de stockage
- le diagramme de charges.

Pratique :

- règles de sécurité et de circulation
- contrôles (chariot, batterie)
- détection et communication des pannes
- bonnes pratiques en ergonomie
- technique de conduite.

Processus d'évaluation :

- attestation de participation : évaluation pratique
- brevet : examen théorique + examen pratique.

La formation est agréée Chèque -Formation.
Max.7 chèques /jour /participant.

Selon le type de formation et le module choisi, le candidat peut obtenir :

- brevet de base ou avancé.
- Brevet tâche à risque (AV-001 ou IS-001).

Groupe cible	Candidat expérimenté ou en demande d'une re-attestation	Candidat avec expérience limitée	Candidat sans expérience
Durée	1 jour	3 jours	5 jours
Type de formation	Coaching/ rafraichissement	Formation	Formation
Evaluation	Non/Oui	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation/brevet	Attestation	Attestation

Exercices selon brevet choisi	Basis	Avancé/ IS-002
Circulation à vide et en charge	X	X
Empilage	X	X
Gerbage en rayon	X	X
Chargement/déchargement de camion		X
Charge longue et volumineuse		X
Durée de l'examen	30 min	45 min

Infos pratiques

Durée : 1 à 5 jours. Accueil de 8h00 à 8h30. Formation de 8h30à 16h30.
Max. 8 personnes par session. Repas sandwich, boissons (eau, café) compris.
Langue : français, néerlandais, allemand ou anglais.
Lieu : dans nos centres de formation de Charleroi, Seraing, Erpe-Mere, Herentals, Genk ou Roeselare ou sur site.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Chargeur télescopique

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Cette formation consiste aussi bien en une formation théorique que pratique.
Pour l'obtention d'un brevet, elle se clôture par un examen théorique (choix multiples) et pratique (parcours).

Objectifs

Les participants doivent être capables de travailler de manière sûre, efficace et rentable avec un chargeur télescopique, cela implique que les conducteurs doivent :

- **assumer une fonction de sécurité et devenir des manutentionnaires efficaces de marchandises mais aussi des collaborateurs capables de signaler les pannes et dérèglements**
- **obtenir un équilibre entre conduite sûre (défensive) et productivité (rapidité)**
- **respecter le matériel et les charges manutentionnées**
- **prévenir les accidents et blessures, prévenir les dommages matériels, réduire les dommages liés au transport.**

Pour qui ?

Toute personne, avec ou sans expérience, qui est appelée à utiliser un chargeur télescopique.

Prérequis

Le candidat doit avoir minimum 18 ans et disposer d'une déclaration d'aptitude médicale.

Groupe cible	Candidat ayant une expérience	Candidat ayant une grande expérience (min. 4h/jour) et un brevet	Candidat ayant une expérience limitée	Candidat sans expérience
Durée	1 jour	1 jour / 2 jours	3 jours	5 jours
Type de formation	Coaching	Rafraîchisse-ment	Formation	Formation
Examen	Non	Oui	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation	Brevet IS003	Brevet IS003	Brevet IS003

Selon le type de formation et le module choisi (voir contenu pratique), le candidat peut obtenir :

- une attestation de participation
- un brevet IS003 (reconnu pour les tâches à risque VCA).

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu

Théorie

- La législation de base : Code du bien-être au travail, responsabilités, poste de sécurité.
- Les consignes de sécurité : sens de circulation, freinage avant les virages, distance entre les chargeurs, utilisation de la cage de sécurité, interdiction d'emmener des passagers, adaptation de la vitesse, hauteur de conduite des fourches, position du bras télescopique en fonction de la charge, indicateurs de surcharge, Les éléments de contrôle avant démarrage : frein à main, pédale de frein, système hydraulique, klaxon, contrôle visuel des pneus, direction, tension de la chaîne, fourches, niveau carburant.
- Les contrôles et remplacement d'une batterie.
- Facteurs qui peuvent influencer la charge et la stabilité du chargeur.
- Déterminer, analyser et contrôler les risques spécifiques des machines et des lieux.
- Permis de travail : interprétation et respect des consignes.
- Concepts importants relatifs à la structure du chargeur télescopique : hauteur de déchargement, rayon de braquage, mécanisme télescopique, stabilisateurs, types de conduite (2 & 4 roues, crabe).
- Différents types de chargeurs télescopiques et leurs applications.
- Compréhension et utilisation du diagramme de charge (avec et sans stabilisateur).

Pratique

Base commune

Application des règles de sécurité et de circulation : conduite défensive, interaction avec les piétons et autres conducteurs - inspection quotidienne du chargeur : reconnaître et signaler les pannes dangereuses - application correcte des règles pour monter et descendre du chargeur en toute sécurité et le garer de manière sûre - utilisation correcte des organes de commande - gestion des différents modes de conduite - estimation des distances, hauteur, profondeur - transport de charges longues et volumineuses - empilage de marchandises dans un espace de maximum 1,5m de rayon de braquage - empilage au sol à distance et en hauteur - rouler : marche avant, marche arrière, technique pour tourner, comportement dans les virages, 2 et 4 roues, mouvements en crabe.

Exercices selon le module choisi	IS 003
1. Déplacement de charges	✔
2. Empilage de charges	✔
3. Charges volumineuses	✔ (1/2m)
4. Empiler à distance vers l'avant	✔
5. Différents modes de conduite	✔ (1/2m)
6. Empilage en hauteur	✔
Durée de l'examen	Maximum 45 min.

Infos pratiques

Groupe de maximum 4 personnes par session.
Langue : en français ou en néerlandais.
Lieu : dans nos centres de formation d'Erpe-Mere - Genk - Herentals - Jumet - Roeselare - Seraing ou sur site.

Formation

Technique d'élingage

L'élingage est une opération décisive pour la sécurité du levage et de la manutention de charges. Les risques de rupture de l'élingue, du basculement ou du décrochage de la charge représentent un danger important pour les personnes travaillant à proximité.
Cette formation consiste aussi bien en une formation théorique que pratique.
Pour l'obtention d'un brevet, elle se clôture par un examen théorique (choix multiples) et pratique.

Objectifs

Global : apprendre à élinguer efficacement et en sécurité des charges non-critiques. Cela implique une parfaite connaissance des techniques de base afin que les collaborateurs :

- **puissent élinguer et déplacer des charges de manière correcte, responsable et sécurisée**
- **communiquer avec l'opérateur de l'engin de levage.**

Pour qui ?

Toute personne avec ou sans expérience qui, dans le cadre de l'exécution de son activité est appelée à lever ou déposer des charges.

Prérequis

Le candidat doit avoir minimum 18 ans et disposer d'une déclaration d'aptitude médicale.

Contenu

Théorie

- Contenu de la fonction de sécurité.
- Permis de travail : définition, pouvoir les interpréter et les respecter.
- Législation de base pour tout collaborateur devant élinguer des charges.
- Risques spécifiques de l'élingage de charges : déterminer, analyser et contrôler.
- Prescriptions de sécurité.
- Connaissance du matériel d'élingage et des accessoires de levage.
- Eléments de base du contrôle journalier du matériel d'élingage.
- Utilisation des équipements de protection individuels.
- Qu'est-ce qu'un bon élingage ?
- Signaux de communication et comment communiquer par radio.
- Exigences de contrôle du matériel d'élingage.
- Points d'attention pour une manipulation des charges sécurisée.
- Stockage correct du matériel d'élingage et des accessoires de levage.
- Matériel d'élingage interchangeable : fermeture par la forme et fermeture par la force.
- Différentes méthodes d'élingage : connaître et savoir quand et laquelle appliquer.
- Forces intervenant dans le calcul de l'élingage.
- Critères de désapprobation.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu (suite)

Pratique

Base commune

Utilisation correcte des EPI - appliquer les règles de sécurité et pouvoir travailler avec précision - détermination du poids et du centre de gravité - contrôle de l'engin de levage utilisé (contrôle technique visuel) - utiliser le matériel d'élingage adéquat en fonction de la nature de la charge - appliquer les signaux de communication légaux - utilisation correcte des communications radio - élinguer de manière correcte - exécution de l'analyse des risques - positionner une charge correctement.

Exercices selon le module choisi	AV004
1. Elinguer et déplacer une charge non critique	✔
2. Elinguer une charge équipée d'oeillets de levage et positionner sur une fondation	✔
3. Accompagner une charge le long d'un parcours	✔
Examen chronométré	Max. 30 min.
Contenu de l'examen	Les points 1 à 3 sont imposés

Infos pratiques

Groupe cible	Candidat ayant une expérience	Candidat avec grande expérience et/ou possédant un brevet	Candidat sans brevet et sans expérience
Durée	1 jour	1 jour	2 jours
Type de formation	Coaching	Rafraîchissement/ Formation	Formation
Examen	Non	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation	Brevet	Brevet

Selon le type de formation et les compétences du candidat, il peut obtenir :

- une attestation de participation.
- un brevet AV004.
- Groupe de maximum 5 personnes par session.

Langue : en français ou en néerlandais.
Lieu : dans nos centres de formation de Seraing, Jumet et Erpe-Mere ou sur site.

Formation

Pont roulant

Cette formation consiste aussi bien en une formation théorique que pratique.
Pour l'obtention d'un brevet, elle se clôture par un examen théorique (choix multiples) et pratique (parcours).

Objectifs

Travailler de manière efficace et sécurisée avec un pont roulant avec commande cabine, poirée et à distance. Cela implique une parfaite connaissance des techniques de base afin que les conducteurs :

- **puissent assumer une fonction de sécurité**
- **deviennent des manutentionnaires efficaces dans le maniement de l'engin et des marchandises**
- **soient capables de signaler préventivement les pannes et dérèglements**
- **puissent prévenir les blessures, les accidents mais aussi les dégâts aux engins et à l'infrastructure**
- **trouvent l'équilibre entre conduite sûre (= défensive) et productivité (= rapidité d'exécution).**

Pour qui ?

Toute personne avec ou sans expérience qui, dans le cadre de l'exécution de son activité utilise ou est appelée à utiliser un pont roulant avec commande poirée, commande à distance ou cabine.

Prérequis
Le candidat doit avoir minimum 18 ans et disposer d'une déclaration d'aptitude médicale.

Contenu

Théorie

- Contenu de la fonction de sécurité.
- Permis de travail : définition, pouvoir les interpréter et les respecter.
- Législation de base pour un opérateur de pont roulant :
  Code du bien-être au travail, responsabilités.
- Risques spécifiques des machines et des lieux : déterminer, analyser et contrôler.
- Prescriptions de sécurité : capacité, charge utile, risques pour les personnes et les marchandises, mise hors service.
- Concepts importants relatifs au montage et aux fonctions du pont roulant.
- Différents types de pont roulant.
- Qu'est-ce qu'un bon élingage ?
- Eléments de base du contrôle journalier.
- Utilisation des équipements de protection individuels.
- Connaître les règles de communication, par signes et par radio.
- Procédure d'évacuation en cas de panne.
- Exigences de contrôle des engins de levage et du matériel d'élingage.
- Priorités pour manipuler une charge en toute sécurité (poids, centre de gravité, angle d'élingage, mode d'élingage).
- Le matériel d'élingage et les accessoires de levage.
- Comment les stocker correctement.
- Matériel d'élingage interchangeable : fermeture par la forme et fermeture par la force, différentes méthodes d'élingage.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu (suite)

Pratique

Base commune

IS011 : appliquer les règles de sécurité et pouvoir travailler avec précision - inspection quotidienne du pont roulant et reportage - utiliser correctement les organes de commande - respecter la hauteur de travail - élinguer correctement les charges - atténuer et éviter les balancements - appliquer les signes gestuels - faire un parcours sans faute - manoeuvrer avec diverses charges - retourner des charges - éviter des charges négatives - évaluer les distances - garer correctement le pont roulant.

IS012 : idem IS011 + accéder en sécurité à l'escalier et à la cabine - utiliser le disjoncteur principal, les commandes 'cabine' et les moyens de signalisation - quitter la cabine en toute sécurité.

Selon le module choisi	Discipline	IS 011	IS 012
1. Déplacement de la charge	✔	✔	✔
2. Mouvements obliques	✔	✔	✔
3. Elingage de la charge	✔	✔	✔
4. Retourner une charge		✔	✔
5. Déplacement d'une charge à distance		✔	✔
6. Communication par signes/ radio			
7. Travailler en rayons		Seulement sur site	Seulement sur site
8. Chargement/ déchargement camion		Seulement sur site	Seulement sur site
9. Utilisation d'un aimant		Seulement sur site	Seulement sur site
Examen chronométré	Max. 40 min.	Max. 40 min.	Max. 40 min.
Contenu de l'examen	1 à 3 imposés + 2 disc max.	Programme imposé	Programme imposé

Infos pratiques

Groupe cible	Candidat ayant une expérience	Candidat avec grande expérience et/ou possédant un brevet	Candidat sans brevet et sans expérience
Durée	1 jour	1 jour	2 jours
Type de formation	Coaching	Rafraîchissement/ Formation	Formation
Examen	Non	Oui	Oui
Type de certificat	Attestation de participation	Brevet	Brevet

Selon le type de formation et les compétences du candidat, il peut obtenir :

- une attestation de participation
- un brevet discipline (sur mesure)
- un brevet IS011 (commandes au sol - reconnu tâches à risque VCA)
- un brevet IS012 (commande cabine - reconnu tâches à risque VCA.

Groupe de maximum 5 personnes par session.

Langue : en français ou en néerlandais.

Lieu : dans nos centres de formation de Jumet, Erpe-Mere ou Seraing ou sur site.

Formation

Acquisition de compétences électriques BA4-BA5

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Objectifs

Conformément à l'article 47 du R.G.I.E., l'employeur doit attribuer les compétences BA4 aux travailleurs concernés et les définir dans un document détaillé.

Il est également tenu de veiller à ce que les personnes concernées reçoivent une formation suffisante et adéquate, de prendre en considération la compétence de ces personnes lorsqu'elles sont chargées de l'exécution d'un travail à une installation électrique et enfin, de contrôler si la répartition des tâches est faite de telle façon que les divers travaux à une installation électrique soient exécutés par des personnes ayant reçu la formation et les instructions exigées.

Tout en restant fidèle aux prescriptions du RGIE en matière de qualification du personnel exposé aux dangers électriques, le programme visera surtout l'acquisition de connaissances qui permettent d'apprécier les risques lors de travaux sur ou à proximité d'installations électriques et dès lors, d'adopter une attitude garantissant un travail en toute sécurité.

Pour qui ?

Le contenu et la durée de la formation sont établis sur base de la nature des activités qui sont exercées par les travailleurs et donc des qualifications qui leur sont demandées.
Les membres de votre personnel auront donc l'opportunité de suivre la formation BA4 seulement (surtout destinée aux non-électriciens) ou la formation complète BA4-BA5 (2 jours). Dans ce cas, il s'agira de techniciens, électriciens, … chargés de l'exploitation des installations électriques et devant être capables d'estimer les risques pour appliquer les mesures adéquates afin d'éliminer ces risques. Vos techniciens qui sont déjà BA4 auront l'opportunité de ne suivre que le module BA5 d'un jour.

Contenu

BA4

- Le cadre général de la sécurité.
- Le Règlement Général Installation Electriques – Spécificités Basse Tension et Haute Tension.
- La sensibilisation aux risques électriques et autres principaux risques rencontrés dans le secteur d'activité dans l'entreprise.
- Les habilitations électriques.
- Les effets du courant électrique sur le corps humain.
- Le matériel électrique.
- La protection contre les chocs électriques.
- La check-list pour des travaux à une installation électrique ou à proximité de celle-ci.
- L'intervention en cas d'accident.
- Les équipements de protection.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

BA5

- La préparation des travaux (documents nécessaires à la réalisation).
- Les consignes particulières de sécurité applicables aux différents travaux à effectuer.
- La préparation et la vérification du matériel.
- Le contact avec le dispatching.
- La coupure de sécurité de l'alimentation.
- Le verrouillage de l'organe de coupure.
- La vérification de l'absence de tension.
- La mise à la terre des lignes.
- Le balisage.
- La déconsignation et la mise sous tension de l'installation.
- La mise à disposition des documents de fin de travaux.

Infos pratiques

Durée :
BA4 : 1 jour (6 heures).
BA5 : 1 jour (6 heures).
BA4-BA5 : 2 jours (2 X 6 heures).

Formule :
Formation au CRESEPT (ETIC's Partners)
Cette formule séduira particulièrement les entreprises qui ont peu de personnel à former ou qui ne peuvent se passer de tous les membres de leur personnel durant une journée. Une à deux séances sont programmées chaque année (consultez notre agenda sur www.cresept.be).

Formation en entreprise
Cette formule s'adresse aux employeurs désireux d'offrir une formation personnalisée à leurs collaborateurs ou qui ont un grand nombre de travailleurs à faire former.

Frais de participation :
Formation au CRESEPT (ETIC's Partners)
sur demande - info@cresept.be
Pour des formations interentreprises dispensées au CRESEPT
(notes de cours, pause-café, lunch avec boissons)
Formation en entreprise : sur demande - info@cresept.be

Attestation : au terme de la journée, les acquis des participants seront vérifiés au travers d'un test écrit et une attestation de formation leur sera remise afin de permettre à l'employeur de les qualifier BA4-BA5.

Renseignements et inscriptions :
Fabienne VANDER CRUYS | Tél. +32 (0)2 376 94 74 | info@cresept.be | www.cresept.be

Formation

ATEX

Le terme ATEX est donné à deux directives européennes réglementant les « ATmosphères EXplosives ».

La première, la directive 94/9/CE (transposée en droit belge par l'AR du 22 juin 1999) est une directive économique qui détermine les garanties de sécurité que doivent présenter les appareils destinés à être utilisés en atmosphères explosives.

La seconde, la 99/92/CE (transposée en droit belge par l'AR du 26 mars 2003) est une directive sociale qui a pour but de protéger la sécurité et la santé des travailleurs susceptibles d'être exposés au risque d'atmosphères explosives.

Objectifs

Selon la réglementation belge, l'employeur doit empêcher la formation d'atmosphères explosives, éviter leur inflammation et atténuer les effets nuisibles d'une explosion. Pour ce faire, il est tenu :

- **d'évaluer les risques spécifiques créés par des ATEX**
- **de classer les zones dangereuses**
- **d'installer dans ces zones des matériels conformes**
- **de prendre des mesures techniques et organisationnelles pour prévenir les risques d'explosion**
- **d'établir un document relatif à la protection contre les explosions.**

Qu'est-ce qu'une atmosphère explosive ?
Qui est concerné ? Comment réaliser un zonage ATEX ?
Comment évaluer l'adéquation des installations présentes dans les zones à risque ?
Comment rédiger le document relatif à la protection contre les explosions ?

Autant de questions auxquelles notre formateur, qui possède une vaste connaissance et une expérience pratique dans le domaine, tentera de répondre.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse aux personnes des secteurs concernés (industrie chimique, décharges, traitement des déchets, filières bois, industrie pharmaceutique, stockage de matières inflammables, …) appelées à gérer le risque d'atmosphères explosives, de même qu'aux conseillers en prévention soucieux d'acquérir des connaissances complémentaires dans cette matière.

Infos pratiques

Durée : 1 jour (6 heures).

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation et certification VCA

Sécurité de base travailleurs de contractants

La certification VCA du système de gestion de la sécurité est imposée de plus en plus souvent par les grandes entreprises à leurs sous-traitants.
La check-list sur laquelle cette certification se base est une référence pour la maîtrise des risques relatifs à la sécurité et la santé des travailleurs.

Objectifs

Le VCA s'impose de plus en plus comme une exigence absolue pour les entrepreneurs, sous-traitants et fournisseurs dans des secteurs aussi variés que la construction, l'électricité, la chimie, la pétrochimie ou même la grande distribution. Il est en effet un excellent moyen de prouver à un donneur d'ordre qu'il s'adresse à un contractant capable de remplir sa mission tout en respectant le bien-être des travailleurs.

Pour obtenir la certification VCA, l'entreprise devra satisfaire à un certain nombre de critères en matière de sécurité. Parmi ceux-ci figure la formation obligatoire de ses travailleurs et de ses dirigeants, lesquels devront réussir un examen organisé par un centre agréé.

Le CRESEPT organise ces formations, tant en interne qu'en externe. Au terme de la formation, les participants disposeront des connaissances de base en matière de sécurité propres à garantir une attitude responsable dans toute situation de travail, mais aussi, l'obtention du certificat sanctionnant la réussite de l'examen.

Pour qui ?

Les travailleurs des entreprises certifiées VCA ou candidates à la certification. Le cours est aussi utile pour la formation à la sécurité des travailleurs d'autres entreprises.

Contenu

- Rappel de la réglementation en matière de bien-être des travailleurs.
- Les principes de prévention.
- Procédures (permis de travail, permis de feu, ...).
- Substances dangereuses.
- Incendie et explosion.
- Travail dans les espaces confinés.
- Machines et outillage.
- Port et levage de charges.
- Trébuchements, glissades et chutes.
- Travaux en hauteur.
- Risques électriques.
- Équipements de protection individuelle.
- La signalisation de sécurité.

Infos pratiques

Durée : 1 journée.

Certificat : l'examen est prévu à la fin de la journée de formation. Ceux qui le réussissent reçoivent via leur entreprise le certificat agréé : « Sécurité de base VCA ». Il est valable 10 ans.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation et certification VCA

Cadres opérationnels de contractants

La certification VCA du système de gestion de la sécurité est imposée de plus en plus souvent par les grandes entreprises à leurs sous-traitants.
La check-list sur laquelle cette certification se base est une référence pour la maîtrise des risques relatifs à la sécurité et la santé des travailleurs.

Objectifs

Ce cours a pour objectif de préparer les cadres opérationnels à la réussite de l'examen « Sécurité pour cadres opérationnels VCA » (anciennement appelé VVA2).

Pour qui ?

Les cadres opérationnels (directeurs, chefs de chantiers, contremaîtres, chefs d'équipe, ...) d'entreprises certifiées VCA ou candidates à la certification.

Contenu

- La législation en matière de bien-être.
- Les responsabilités des différents acteurs.
- Risques, prévention et mesures.
- Les accidents.
- Méthodes de promotion de la sécurité.
- Procédures et permis.
- Substances dangereuses.
- Incendies et explosion.
- Travail dans les espaces confinés.
- Machines et outillage.
- Port et levage de charges.
- Trébuchements, glissades et chutes.
- Travaux en hauteur.
- Risques électriques.
- Soudage et rayonnement.
- Bruit.
- Ergonomie.
- Équipements de protection individuelle.
- Signalisation de sécurité.
- Examen agréé.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Certificat : l'examen est prévu à la fin de la 2e journée de formation. Ceux qui le réussissent reçoivent via leur entreprise le certificat agréé : « Sécurité pour cadres opérationnels VCA ». Il est valable 10 ans.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

INSTRUCTIONS
1
PULL PIN. HOLD
UNIT UPRIGHT.

6

Prévention incendie

Service

Analyse des risques relative à la prévention et à la lutte contre les incendies

Afin de prévenir les risques d'incendie, nous pouvons intervenir dans votre entreprise afin de procéder à l'analyse des risques incendie comprenant les éléments suivants :

- évaluation sur place de la situation initiale sur base des normes légales et des prescriptions communales concernant la sécurité incendie; évaluation de l'éclairage de sécurité existant, des sorties de secours et voies normales d'accès; évaluation des alarmes existantes et des évacuations des fumées.

- conseils relatifs aux instructions, pictogrammes et plans qui doivent être mis en place; mise en place d'une procédure d'intervention et d'alarme; mise en place d'un plan d'évacuation.

La plus-value pour vous en tant que client est la suivante :
- permettre aux occupants de l'entreprise d'évacuer en toute sécurité et plus vite
- la mise en ordre des chemins d'évacuation
- permettre aux unités de secours de pouvoir intervenir au plus vite.

Objectifs
- **Maîtrise de l'entreprise de ses risques incendie.**
- **Permettre une évacuation réussie.**
- **Éviter les drames humains en cas de catastrophe.**

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A B C et D.

Contenu

Lors de l'analyse des risques, nous tenons compte, entre autres, des facteurs de risque suivants :

- la probabilité de la présence simultanée d'un combustible, d'un comburant et d'une source d'ignition nécessaires au déclenchement d'un incendie
- les équipements de travail, les substances utilisées, les procédés et leurs interactions éventuelles
- la nature des activités
- la taille de l'entreprise ou de l'établissement
- le nombre maximal de travailleurs et autres personnes pouvant être présents dans l'entreprise ou l'établissement
- les risques spécifiques propres à certains groupes de personnes présentes dans l'entreprise ou l'établissement
- l'emplacement et la destination des locaux
- la présence de plusieurs entreprises ou institutions dans un même lieu de travail ou dans un lieu de travail adjacent
- les travaux effectués par des entreprises extérieures.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Signalisation et éclairage de secours

La signalisation de sécurité ou de santé est une signalisation qui, rapportée à un objet déterminé, à une activité déterminée, à une situation déterminée ou à un comportement déterminé, fournit une indication ou une prescription relative au bien-être, au moyen – selon le cas – d'un panneau, d'une couleur, d'un signal lumineux ou acoustique, d'une communication verbale ou d'un signal gestuel.

spmt arista peut vous aider à vérifier si votre signalisation de sécurité et de santé sur les lieux de travail correspond aux prescriptions légales et que les plans d'évacuation sont à jour et complets.

Accompagnement et évaluation de l'exercice d'évacuation

spmt arista peut vous aider à organiser ces exercices. À cette fin, les actions suivantes peuvent être réalisées : évaluation des procédures de secours existantes, organisation de l'exercice d'évacuation, évaluation de l'exercice d'évacuation.

Prestataires

Le conseiller en prévention niveau I ou II de **spmt arista**.

Infos pratiques

Selon l'entreprise et ses activités, l'outil sera différent. La méthodologie sera discutée et validée avec le client.
Fourniture d'un rapport, possibilité d'effectuer un suivi régulier sous forme de mise à disposition.

Formation de base

Équipier de première intervention

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Objectifs

- Prendre conscience de l'importance de la prévention incendie au quotidien.
- Agir rapidement et efficacement en cas d'incendie.
- Savoir reconnaître et manipuler correctement les différents moyens de première intervention et les moyens d'intervention spécifiques.
- Etre conscient des dangers liés au feu.
- Percevoir les limites d'une première intervention.
- Acquérir une connaissance théorique de base sur le feu.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse aux équipiers de première intervention des établissements privés et publics.

Contenu

Théorie (3 heures)

- Rôle et missions des équipiers de première intervention.
- Statistiques et réalité de l'incendie en Belgique.
- Règles et conduite à suivre en cas d'incendie.
- Les dangers liés aux fumées.
- Le triangle du feu.
- Les classes de feu.
- Les sources d'énergie calorifique causes d'incendie.
- Mesures de prévention pour éviter la naissance, le développement et la propagation d'un incendie.
- Agents extincteurs.

Pratique (3 heures)

- Démonstration et exercice de mise sous contrôle d'un feu de friteuse avec participation individuelle.
- Démonstration de mise en service et de fonctionnement des moyens de première intervention : CO_2 - poudre - eau & additif - RIA (dévidoir).
- Exercice individuel d'extinction au moyen d'un extincteur au CO_2.
- Exercice individuel d'extinction au moyen d'un extincteur à poudre.
- Exercice individuel d'extinction au moyen d'un extincteur à mousse.
- Explication et démonstration de la technique d'ouverture d'une porte en toute sécurité.
- Démonstration de mise en service et de fonctionnement du RIA (dévidoir).
- Exercice en équipe d'intervention sur un feu de local : emploi du RIA, d'extincteurs à poudre et d'accessoires.

Infos pratiques

Certificat : attestation FIRE WARDEN.
Durée : cours théorique et pratique de 1 journée de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais (anglais et allemand sur demande).
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation de base

Équipier de deuxième intervention

Objectifs

- Prendre conscience de l'importance de la prévention incendie au quotidien.
- Agir rapidement et efficacement en cas d'incendie.
- Savoir reconnaître et manipuler correctement les différents moyens d'interventions.
- Etre conscient des dangers liés à l'incendie.
- Percevoir les limites de l'intervention.
- Acquérir une connaissance théorique et pratique de l'intervention.
- Acquérir les techniques d'intervention sur les risques industriels.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse aux équipiers de deuxième intervention des établissements industriels. Elle s'adresse aussi à toute personne souhaitant faire partie d'une équipe d'intervention utilisant des moyens de 2e intervention.

Contenu

Théorie (3 heures)

- Rôle et missions des équipiers de première intervention.
- Statistiques et réalité de l'incendie en Belgique.
- Règles et conduite à suivre en cas d'incendie.
- Les dangers liés aux fumées.
- Le triangle du feu.
- Les classes de feu.
- Les sources d'énergie calorifique causes d'incendie.
- Mesures de prévention pour éviter la naissance, le développement et la propagation d'un incendie.
- Agents extincteurs.
- Matériel de deuxième intervention.

Pratique (3 heures)

- Démonstration de mise en service et de fonctionnement des moyens de première intervention : CO_2 - poudre - eau & additif - eau.
- Exercice individuel d'extinction au moyen d'un extincteur à poudre.
- Explication d'un système de déroulement de coupes d'incendie.
- Mise en pratique du matériel de deuxième intervention.
- Exercice en équipe d'intervention sur différents foyers avec des moyens de deuxième intervention.

Infos pratiques

Certificat : attestation FIRE WARDEN.
Durée : cours théorique et pratique de 1 journée de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais (anglais et allemand sur demande).
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation de base

Chef d'équipe de première intervention

Cette formation est un stage qui s'adresse aux personnes ayant la charge d'organiser et de diriger une équipe d'intervention en cas de sinistre.
Ce stage s'adresse également aux personnes ayant au quotidien un rôle à jouer dans la prévention incendie dans les bâtiments administratifs, hospitaliers ou hôteliers avec occupants. Ces personnes seront les garantes d'une intervention rapide, efficace visant à limiter au maximum les dégâts de l'incendie. Leur rôle doit permettre la continuité de l'activité dans la zone concernée.

Objectifs

Objectifs préventifs

- Connaître les principales causes d'incendies.
- Etre capable de collaborer à l'analyse de risque.
- Connaître et savoir reconnaître les éléments techniques de prévention présents dans les bâtiments.
- Avoir une approche globale de l'organisation en cas d'incendie.
- Appliquer les règles élémentaires de sécurité lors de la surveillance ou du travail.

Objectifs d'intervention

- Apprendre à organiser les équipes d'intervention.
- Apprendre à diriger efficacement une équipe de première intervention lors d'un début d'incendie, tout en veillant à la sécurité des intervenants.
- Connaître et pouvoir identifier les dangers liés à l'intervention incendie.
- Connaître et savoir utiliser au mieux le matériel d'intervention.

Pour qui ?

Les personnes ayant la charge d'organiser et de diriger une équipe d'intervention en cas de sinistre.
Les personnes ayant au quotidien un rôle à jouer dans la prévention incendie dans les bâtiments administratifs, hospitaliers ou hôteliers avec occupants.

Prérequis

Avoir suivi une formation d'équipier de première intervention ou une formation de base équivalente.

Contenu

Théorie (3 x 3 heures)

- Test de connaissances - rappels essentiels sur la théorie du feu.
- Aperçu de la prévention : causes d'incendie. Protection passive et active.
- Compartimentage : Résistance, portes, traversées.
- Equipement de protection contre l'incendie.
- Evacuation : Signalisation, éclairage de sécurité, organisation.
- Rappel des aptitudes requises pour la fonction de chef d'équipe.
- Révision des notions de communication avec les équipiers.
- Organisation des opérations d'intervention et consignes de sécurité pour l'équipe.
- Positionnement du chef d'équipe dans l'organisation globale lors de l'incendie.

Pratique (3 x 3 heures)

Exercices pratiques d'extinction de feux réels en locaux fermés, encadrés par des formateurs A-First. Les exercices pratiques permettent d'implémenter au maximum les objectifs d'intervention, de s'assurer du niveau de compétence, de maintenir certains réflexes et d'aguerrir les chefs d'équipe.

Infos pratiques

Durée : cours théorique et pratique de 3 jours de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais (anglais ou allemand sur demande).
Certificat : Certificat A-First de Chef d'équipe de première intervention.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation de base

Chef d'équipe de deuxième intervention

Cette formation est un stage qui s'adresse aux personnes ayant la charge d'organiser et de diriger une équipe d'intervention en cas de sinistre **dans les installations de type industriel** (risque complexe).
Ce stage s'adresse aussi aux personnes jouant au quotidien un rôle dans la prévention incendie au sein de l'entreprise.
Ces personnes seront chargées de mobiliser le personnel et les moyens adéquats afin de limiter les dégâts au niveau de l'entreprise et permettre ainsi la continuité de son activité.

Objectifs

Objectifs préventifs

- Connaître les principales causes d'incendies.
- Connaître et savoir reconnaître les éléments techniques de prévention présents sur les sites.
- Connaître et savoir reconnaître les différents types de moyens de première et deuxième intervention ainsi que son maniement.
- Avoir une approche globale de l'organisation en cas d'incendie.

Objectifs d'intervention

- Apprendre à diriger efficacement une équipe de deuxième intervention lors d'un d'incendie, tout en veillant à la sécurité des intervenants.
- Connaître et pouvoir identifier les dangers liés à l'intervention incendie.
- Etre capable de reconnaître une situation où le port de l'appareil respiratoire s'impose.
- Développer le leadership des participants par des exercices pratiques et théoriques.

Pour qui ?

Les personnes qui ont la charge d'organiser et de diriger une équipe d'intervention en cas de sinistre.
Les personnes qui jouent au quotidien un rôle dans la prévention incendie au sein de l'entreprise.

Prérequis
Avoir suivi une formation d'équipier de première intervention ou une formation de base équivalente.

Contenu

Théorie (4 x 3 heures)
La théorie vise à rencontrer les objectifs préventifs. Au cours de cette partie du cours, les éléments nécessaires à la compréhension d'une politique globale de prévention incendie sont dispensés. Le fonctionnement du matériel de deuxième intervention et de l'appareil respiratoire sont également passés en revue.

Pratique (4 x 3 heures)
Exercices pratiques d'extinction de feux réels sur installations industrielles en locaux fermés et sur terrain extérieur encadrés par des formateurs A-First.

Infos pratiques

Durée : cours théorique et pratique de 4 jours de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais (anglais ou allemand sur demande).
Certificat : Certificat A-First de Chef d'équipe de deuxième intervention.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation de base

Port de l'appareil respiratoire isolant (ARI)

Objectifs

- Apprendre à utiliser de façon sûre un appareil respiratoire.
- Mettre le candidat en confiance vis-à-vis de l'ARI.
- Connaître et être capable d'effectuer les contrôles de sécurité à effectuer avant le port d'un ARI.
- Connaître les contrôles de sécurité à effectuer sur un ARI au cours de l'intervention.
- Arriver à s'équiper et à effectuer les contrôles de sécurité de l'ARI dans un laps de temps raisonnable.
- Etre capable d'effectuer une reconnaissance et un sauvetage avec ARI s'il y a lieu.
- Développer un mode de communication efficace en intervention sous ARI (notions).

Pour qui ?

Cette formation s'adresse aux personnes qui, dans le cadre d'une intervention incendie ou d'un sauvetage ou de toute autre opération, sont amenées à devoir s'équiper d'un ARI.

Prérequis

Etre apte physiquement au port de l'ARI.

Contenu

Théorie (3 heures)

Cette partie est consacrée aux éléments physiologiques, techniques indispensables à la compréhension du fonctionnement et à la bonne utilisation de l'appareil respiratoire isolant.

Pratique (3 heures)

Cette partie permet de s'exercer à la pose et à la dépose du masque, de s'adapter et de se familiariser à son utilisation. Elle permet aussi aux participants de s'exercer sur des scénarios d'intervention (sauvetage, situations enfumées,…)

Infos pratiques

Durée : cours théorique et pratique de 1 journée de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais (anglais et allemand sur demande).
Certificat : attestation A-First.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage – Exercices de perfectionnement pour équipier de première intervention

Objectifs

- **Savoir reconnaître et utiliser de façon correcte les moyens de première intervention.**
- **Rappeler les dangers liés à l'intervention sur un début d'incendie.**
- **Acquérir des techniques particulières d'extinction et donc gagner en sécurité et en efficacité.**

Pour qui ?

Ce programme d'exercices s'adresse à toute personne faisant partie d'une équipe d'intervention.

Prérequis
Avoir suivi une formation de base pour équipier de première intervention ou toute autre formation équivalente.

Contenu

- Rappel de mise en service et de fonctionnement des moyens de première intervention : CO_2 - poudre - eau & additif - RIA (dévidoir).
- Feu d'ordinateur, extinction individuelle au CO_2.
- Feu de poste de travail, extinction en équipe à la poudre.
- Feu d'archives dans un local, extinction en équipe d'intervention.

Infos pratiques

Durée : cours pratique d'1 demi-journée de 08h45 à 12h.
Langue : français ou néerlandais (anglais et allemand sur demande).
Certificat : attestation de participation A-First.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage – Exercices de perfectionnement

pour équipier de première intervention en milieu industriel

ETIC'S Partners
EQUIPMENT | TRAINING | INFORMATION | CONSULTANCY | SOLUTIONS

Objectifs

- **Savoir reconnaître et utiliser de façon correcte les moyens de première intervention.**
- **Rappeler les dangers liés à l'intervention sur un début d'incendie.**
- **Acquérir des techniques particulières d'extinction et donc gagner en sécurité et en efficacité.**

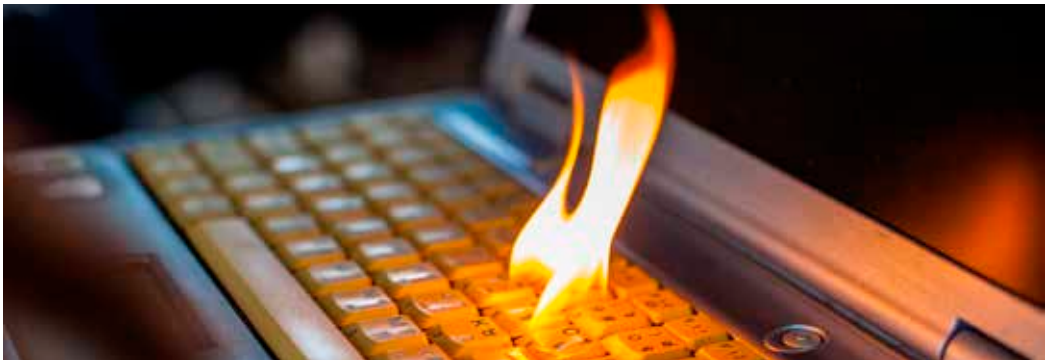
Pour qui ?

Ce programme d'exercices s'adresse à toute personne faisant partie d'une équipe d'intervention en milieu industriel.

Prérequis
Avoir suivi une formation de base pour équipier de première intervention ou toute autre formation équivalente.

Contenu

- Rappel de mise en service et de fonctionnement des moyens de première intervention : CO_2 - poudre - eau & additif - RIA (dévidoir).
- Feu dans une armoire électrique.
- Feu de gaz dans un stockage de gaz - bouteilles - conduite - bride.
- Petit feu en évolution dans un local.
- Etablissement d'un système d'alimentation en eau à partir d'un hydrant intérieur.
- Scénario panier carton.



Infos pratiques

Durée : cours pratique d'1 demi-journée de 08h45 à 12h ou de 12h45 à 16h.
Langue : français ou néerlandais (anglais et allemand sur demande).
Certificat : attestation de participation A-First.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage

Chef d'équipe de première intervention

Objectifs

- **Répéter et remettre à niveau le degré de connaissance et de compétence acquis lors du stage pour chef d'équipe d'intervention.**
- **Approfondir les aspects de la prévention.**
- **Apprendre à gérer l'équipe d'intervention face à des scénarios plus complexes.**
- **Mise en évidence de l'importance du leadership.**
- **Révision des objectifs préventifs et d'intervention vus lors de la formation de base.**

Pour qui ?

Ce recyclage s'adresse aux personnes ayant la charge, d'organiser et de diriger une équipe d'intervention en cas de sinistre dans les bâtiments administratifs privés ou publics avec occupants et souhaitant maintenir leur niveau d'intervention.

Prérequis

Avoir suivi une formation de chef d'équipe de première intervention ou une formation équivalente. Maîtrise de base du fonctionnement de l'équipe d'intervention. Maîtrise de base de la prévention incendie liée au risque de l'entreprise du participant.

Contenu

Théorie (3 heures)

- Rappels essentiels sur la théorie du feu.
- Rappel des aptitudes requises pour la fonction de chef d'équipe.
- Révision des notions de communication avec les équipiers.
- Organisation des opérations d'intervention et consignes de sécurité pour l'équipe.
- Positionnement du chef d'équipe dans l'organisation globale lors de l'incendie.
- Développement de scénarios d'interventions sur plans de vos bâtiments.

Pratique (3 x 3 heures)

Exercices pratiques d'extinction de feux réels en locaux fermés, encadrés par des formateurs A-First.
Les exercices pratiques permettent d'implémenter au maximum les objectifs d'intervention, de s'assurer du niveau de compétence, de maintenir certains réflexes et d'aguerrir les chefs d'équipe.

Infos pratiques

Durée : cours théorique et pratique de 2 journées de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais.
Certificat : renouvellement du certificat A-First de Chef d'équipe de première intervention.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage

Chef d'équipe de deuxième intervention

Objectifs

- **Répéter et remettre à niveau le degré de connaissance et de compétence acquis lors du stage pour chef d'équipe d'intervention.**
- **Gagner en efficacité dans la gestion de l'équipe en intervention.**
- **Apprendre à gérer l'équipe d'intervention face à des scénarios plus complexes.**
- **Mise en évidence de l'importance du leadership.**
- **Révision des objectifs préventifs et d'intervention vus lors de la formation de base.**

Pour qui ?

Ce recyclage s'adresse aux personnes ayant la charge, d'organiser et de diriger une équipe d'intervention en cas de sinistre dans les installations de types industriels.

Prérequis

Avoir suivi une formation de chef d'équipe d'intervention ou une formation équivalente. Avoir une maîtrise de base du fonctionnement de l'équipe de seconde intervention.

Avoir une maîtrise de base de la prévention incendie liée au risque de l'entreprise du participant.

Contenu

Cours pratique

Exercices pratiques d'extinction de feux réels en locaux fermés, encadrés par des professionnels A-First. Les participants sont placés devant des situations de plus en plus complexes simulant des incendies développés.

Ils sont appelés à prendre des dispositions de lutte contre le feu, de sauvetage et à diriger les opérations. Les exercices pratiques permettent d'implémenter au maximum les objectifs d'intervention, de s'assurer du niveau de compétence, de maintenir certains réflexes et d'aguerrir les chefs d'équipe.

En fonction du niveau de qualification des participants et de leurs desideratas, les exercices pourront être adaptés.

Infos pratiques

Durée : cours théorique et pratique de 2 journées de 08h45 à 16h00.
Langue : français ou néerlandais.
Certificat : renouvellement du certificat A-First de Chef d'équipe de seconde intervention.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage

pour porteur d'ARI

Objectifs

- Rappeler les dangers liés à l'intervention sur un début d'incendie.
- Conforter la confiance de l'équipier vis-à-vis de l'ARI.
- Rappeler les contrôles de sécurité à effectuer avant le port d'un ARI.
- Rappeler les contrôles de sécurité à effectuer sur un ARI au cours de l'intervention.
- Arriver à s'équiper et à effectuer les contrôles de sécurité de l'ARI dans un laps de temps raisonnable.
- Etre capable d'effectuer une reconnaissance, un sauvetage ou une intervention avec ARI s'il y a lieu.

Pour qui ?

Recyclage pour porteur de l'appareil respiratoire à circuit ouvert (ARI).

Prérequis
Avoir suivi une formation de base au port de l'appareil respiratoire à circuit ouvert (ARI) ou toute autre formation équivalente.
Etre apte physiquement au port de l'appareil respiratoire.

Contenu

- Rappel de la procédure pratique pour la mise et le test individuel de l'ARI.
- Exercices pratiques de pose et de test individuel de l'ARI.
- Rappel des techniques de déplacements en visibilité réduite ou nulle.
- Exercice de reconnaissance dans des locaux enfumés (fumée artificielle).
- Recherche et sauvetage d'une victime dans des locaux enfumés (fumée artificielle).
- Exercice de descente par échelle étroite ou trou d'homme.
- Rappel de la procédure pratique pour la dépose de l'ARI.

Infos pratiques

Durée : cours pratique d'1 demi-journée de 08h45 à 12h ou de 12h45 à 16h.
Langue : français ou néerlandais (anglais et allemand sur demande).
Certificat : attestation A-First.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Fire Truck

Personne n'est à l'abri d'un incendie !
Cette formule mobile s'adresse à tous vos travailleurs susceptibles un jour d'intervenir sur un départ d'incendie.

Objectifs

Optimaliser la sécurité en sensibilisant l'ensemble du personnel au risque FEU.
La formation Fire Truck met le participant face à des exercices d'évacuation ou en situation d'intervention sur feu réel tout en préservant sa sécurité.

Pour qui ?

Tous vos travailleurs susceptibles d'intervenir sur un départ de feu.

Contenu

Théorie

- Triangle et classes de feu - Causes d'incendie - Propagation de l'incendie.
- Danger CO - Moyens d'extinction - Évacuation et signalisation.

Pratique

- Pouvoir reconnaitre les moyens de première intervention, ne pas hésiter à s'en servir en cas d'un début d'incendie.
- Connaitre la base du chimie du feu (approche préventive).
- Connaitre l'élémentaire de l'évacuation.
- Feu de friteuse torchon ou couverture anti feu - Feu électrique CO_2.
- Feu d'un bac 1 m^2 avec extincteur à poudre - Feu de poubelle avec extincteur eau- mousse.
- Ouverture de la porte en sécurité - Évacuation d'un groupe (flammes-fumée).

Infos pratiques

Durée : 3 heures (1h30 de théorie et 1h30 de pratique) avec un groupe de 15 personnes maximum.

Formule : grâce à sa haute technologie et la modularité de l'espace, le Fire truck peut vous offrir différentes formules personnalisées et adaptées à vos besoins.

Atout de la formule : Votre personnel reste sur son lieu de travail.
La totalité du personnel est sensibilisée au risque feu et apprend comment réagir afin de faciliter l'intervention des équipiers de 1ère intervention.
Grâce à une technologie pointue et une combustion parfaite, le Fire truck permet au participant d'évoluer dans une atmosphère saine. Toutefois des équipements de protection individuels sont fournis pour un plus grand confort.
Entièrement autonome en énergie, en matière première et en espace de formation, le Fire truck peut être mis en place là où un camion semi-remorque peut se parquer.

Certificat : Les participants recevront un passeport feu.

Agrément : La formation est agréée dans le cadre du dispositif Chèques-Formation de la Région Wallonne.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Évacuation steward

Objectifs

- Savoir mener rapidement et efficacement une évacuation.
- Savoir réagir correctement en cas d'alerte, en cas d'alarme.
- Etre conscient des dangers liés au feu, aux incendies.
- Connaître les différentes situations amenant à l'évacuation.
- Connaître les différentes techniques d'évacuation et savoir les implémenter en entreprise.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse à toute personne faisant ou souhaitant faire partie d'une équipe d'évacuation.

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre la formation.

Contenu

Théorie

- Rôles et missions des évacuateurs.
- Les dangers liés aux fumées.
- Mesures de prévention pour éviter la naissance, le développement et la propagation d'un incendie.
- Qui faut-il évacuer ?
- Quand faut-il évacuer et pourquoi ? Les différentes circonstances pouvant amener à évacuer.
- Que faut-il évacuer ? Zone, compartiment, étage, bâtiment, site ?
- Comment faut-il évacuer ? Règles et conduite à suivre en cas d'incendie / d'évacuation.
- Où faut-il évacuer ? Choix et utilité des points de rassemblement.

Pratique

- Méthode de formation : accompagnement interactif par l'instructeur ; il place le participant face à une situation concrète ; l'exercice induit un debriefing spécifique.
- Donner l'alerte / donner l'alarme.
- Fuite de gaz.
- Alerte à la bombe.
- Évacuation pour cause d'incendie.
- Évacuation impromptue.
- Communiquer correctement.

Infos pratiques

Certificat : attestation Evacuation Steward.
Durée : cours théorique et pratique de 1 jour.
Lieu : Louvain-la-Neuve, Seraing ou Marchienne-au-Pont.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Formation supérieur - Prévention incendie

Cette formation s'adresse à toute personne devant prendre des initiatives en matière de prévention incendie : conseillers en prévention, assureurs, fonctionnaires, experts, bureaux d'étude, ingénieurs conseils, architectes, coordinateurs de chantiers, …
C'est un complément essentiel pour toute personne, travaillant dans le secteur de la prévention incendie.

Objectifs

Acquérir une connaissance globale et approfondie des éléments relatifs à la protection et à la prévention incendie pour pouvoir évaluer et proposer des améliorations acceptables en matière de prévention et de protection incendie dans un cas concret.

Pour qui ?

Toute personne devant prendre des initiatives en matière de prévention incendie.

Reconnaissance

Partie 1 : Certificat A-First - ARCoP.
Partie 2 : Certificat A-First - ARCoP.
Parties 1 + 2 + examens : Diplôme Fire Safety Technical cycle.

La formation complète est reconnue par le SPF ETCS pour les congés éducation ;
voir aussi : http ://www.emploi.belgique.be/home.aspx

Infos pratiques

Langue : français ou néerlandais.
Lieu : Louvain-la-Neuve.
Horaire : cours de 9h00 à 16h30.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu

Partie 1 :

Module 1 : Physique et chimie
Physique et chimie du feu.
Produits chimiques.
Comportement au feu des matières plastiques.

Module 2 : Protection passive
1 jour au laboratoire ISIB de Gent (Gand).
1 jour à Louvain-la-Neuve.
Résultats d'essais sur matériaux et éléments.
Réaction & résistance au feu.
Marquage CE.
Protection passive (parois, isolation, traversée, portes, produits de protection, peintures).

Module 3 : Energie, risques chauffage
Electricité comme cause d'incendie.
Electricité RGIE - Risques en intervention.
Foudre.
Gaz naturel.
Gaz butane, propane.
Installations - Chauffage et conditionnement d'air.

Module 4 : Explosion
Electricité statique.
Détermination des zones explosives.
Explosion (gaz et poussières) - caractéristiques - ATEX.

Module 5 : Analyse et Evaluation de risque
Introduction.
Méthode Frame : évaluation de risque.
Méthode Frame : application pratique.

Module 6 : Législation
Prévention incendie dans le cadre du bien-être au travail.
Décrets régionaux et communautaires.
Prévention incendie dans les bâtiments : normes de base.
Prévention incendie dans les bâtiments industriels : annexe 6.

Module 7 : Assurance - Gestion de risque
Réglementation et vision des assureurs.
Introduction à la gestion des risques.

Partie 2 :

Module 8 : Évacuation des fumées et de chaleur (EFC)
Évacuation des fumées et de chaleur (EFC).

Module 9 : Détection incendie
Détection incendie.

Module 10 : Moyen d'extinction
Principes de l'extinction - agents d'extinction - moyens de première intervention.
Exercices d'extinction.
Matériel de 2e intervention.
Exercices d'extinction (2e intervention).

Module 11 : Installation d'extinction automatique
Installation fixe au CO_2 - gaz d'extinction - mousse - poudre.
Installations sprinkler.

Module 12 : Détection et mesure des gaz et vapeur
Détection et mesure des gaz et vapeur - dangers - appareillage - application pratique.

Module 13 : Dangers en intervention
Risques d'effondrement en intervention.
Liaison service d'incendie - entreprise.
Plan d'intervention pour les SI.
Risques d'explosion en intervention.

Module 14 : Protection respiratoire
Aspects physiologiques et toxiques.
Législation et choix des appareils respiratoires.
Pratique du port du masque.

Module 15 : Évacuation
Signalisation.
Eclairage de secours et de sûreté.
Évacuation.
Plan d'intervention.
Plan d'évacuation.

Module 16 : Pompiers d'entreprise + visite
Reconnaissance - Tactique d'intervention - Visite.

7

Hygiène industrielle

Service

HVAC audit

Identification des principaux paramètres climatiques et microbiologiques liés à l'installation HVAC.

Objectifs

Faire le point sur la situation concernant les principaux paramètres climatiques et microbiologiques d'un bâtiment équipé d'une installation HVAC. Le cas échéant, proposer des mesures d'amélioration de la situation.

Contenu

- Visite du bâtiment en question, encadrée par une personne de contact au sein de l'entreprise qui connaît l'installation HVAC.
- Réalisation d'une mesure climatique aux étages ou postes de travail concernés. On procède à une évaluation du niveau de confort du climat intérieur, ainsi qu'à une détermination de la concentration en CO_2 afin d'obtenir une estimation du taux de renouvellement d'air.
- Réalisation de mesures microbiologiques de l'air ambiant aux étages et postes de travail concernés.
- Prise d'échantillons microbiologiques au niveau de l'installation HVAC (filtre (côté propre), ventilateur, batterie chaude, fils amazones ou carton alvéolaire) et de la grille de ventilation. Une analyse des micro-organismes présents dans le bac collecteur des humidificateurs d'air sera également effectuée (le cas échéant).
- Mesure climatique : mise en place de l'appareil de mesure, calcul de l'indice PMV-PPD et, si nécessaire, de l'indice WBGT.
- Mesure microbiologique de l'air ambiant : air aspiré au moyen d'une pompe RCS. Les échantillons sont analysés par un laboratoire agréé.
- Échantillonnages microbiologiques de l'installation HVAC et des grilles de ventilation : prélèvement d'échantillons de contact. Les échantillons sont analysés par un laboratoire agréé.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Infos pratiques

Durée : dépend de la taille du bâtiment et de l'installation HVAC, ainsi que du nombre de paramètres à analyser.
Lieu : au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Audit HACCP (Analyse de l'hygiene alimentaire dans les unités de restauration)

Gestion de l'hygiène alimentaire au sein d'une cuisine de collectivité au vu des prescriptions légales en la matière (Décret Européen 825/2004).

Objectifs

L'objectif est de scanner les locaux, le matériel, les procédures et le travail effectif, en cuisine, afin d'y déceler les éventuels manquements en matière d'hygiène alimentaire et de proposer des solutions concrètes de mise en ordre et/ou d'amélioration. Ceci permet d'éviter les conséquences découlant de tels manquements comme les intoxications alimentaires de groupe.

Pour qui ?

Toute entreprise comportant une cuisine de collectivité où l'on prépare et sert des repas (destinés au personnel même ou au public).

Contenu

Cet audit porte sur les éléments suivants :

- livraison : vérification, notation date de livraison, température, …
- stockage : respect des températures, séparation « préparé » / « non préparé » et « alimentaire » / « non alimentaire », principe First In – First Out, …
- préparation : état des locaux, rangement, évacuation des déchets, …
- cuisson :état des locaux, rangement, évacuation des déchets, respect températures, …
- self-service : respect des températures, nettoyage et maintenance, …
- vaisselle : évacuation des déchets, condensation, produits utilisées, …
- toilettes : séparées des locaux de cuisine, lave-mains, système de séchage des mains, …
- vestiaires : séparation vêtements privés / professionnels, …
- hygiène du personnel : respect des règles d'hygiène, …
- nettoyage : plan de nettoyage, …
- circuits et travail : absence de croisement des circuits « propres » et « sales », marche en avant, …

Prestataires

L'audit HACCP (Hazard Analysis and Control of Critical Points) est réalisé par le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Infos pratiques

L'audit dure environ une journée et va des premières préparations du matin jusqu'à la fin du processus de nettoyage des locaux. L'audit est, bien évidemment, réalisé dans les locaux de l'entreprise dévolus à la cuisine et à ses dépendances.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Mesures des poussières personnelles et/ou stationnaires

Prévention des agents chimiques, et plus particulièrement de la poussière.
Afin de connaître l'exposition à la poussière au niveau des différents postes de travail, il est possible de réaliser des mesures personnelles de la quantité de poussières inhalables et respirables.
Une mesure stationnaire des poussières est effectuée afin d'obtenir une idée globale de la formation de poussières dans les locaux de travail et de déterminer ainsi l'exposition des travailleurs aux poussières. Cette mesure stationnaire des poussières permet de déterminer la fraction de poussières inhalables et respirables.

Objectifs

De nombreux processus liés au travail libèrent des particules de poussière. La libération de ces particules dans l'air ambiant peut nuire à la santé des travailleurs qui y sont exposés. Des mesures objectives permettent d'identifier la quantité de poussière à laquelle les travailleurs sont exposés afin de pouvoir ensuite prendre des mesures.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés à la poussière.

Contenu

Mesures personnelles

Un petit appareil de mesure (échantillonneur personnel) est placé dans la zone de respiration d'un travailleur durant ses activités normales. Une certaine quantité d'air est aspirée au travers d'un filtre préalablement pesé. Après l'échantillonnage, l'unité de filtration est à nouveau pesée et le filtre est physiquement et chimiquement analysé afin de déterminer les éléments métalliques. Un laboratoire spécialisé en la matière effectue alors les analyses.

Mesures stationnaires

Un appareil de mesure (échantillonneur statique) est placé sur le lieu de travail durant les activités normales. Une certaine quantité d'air est aspirée au travers d'un filtre préalablement pesé. Après l'échantillonnage, l'unité de filtration est à nouveau pesée et le filtre est analysé physiquement et chimiquement afin de déterminer les éléments métalliques. Un laboratoire spécialisé en la matière effectue alors les analyses.

Après avoir effectué les mesures, un rapport sera établi et reprendra :
- les résultats des mesures
- l'évaluation de ces résultats par rapport à la législation
- les recommandations concernant la surveillance de la santé
- le cas échéant, les propositions de mesures de prévention.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Equipements de travail

Depuis le Ier janvier 1995, la directive « machines » est seule applicable dans l'ensemble des pays de l'EU. Le constructeur de machines doit se conformer à cette directive.

La directive « machines » (89/392/CEE, 91/368/CEE, 93/44/CEE et 93/68/CEE) est destinée à garantir la libre circulation des machines et des composants de sécurité dans les pays de l'UE et à améliorer le niveau de sécurité des machines.

La plus-value pour vous en tant que client est :
- bonne connaissance du parc machines
- être en ordre au niveau légal
- améliorer la sécurité des travailleurs
- diminuer les accidents de travail

Objectifs

- **Maitrise par l'entreprise de ses risques machines.**
- **Être en ordre légalement.**
- **Faire connaitre les risques aux travailleurs.**
- **Garantir un flux d'achat en toute sécurité.**

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A, B, C et D.

Contenu

Achat des équipements de travail

spmt arista peut vérifier que vos procédures d'achat et de mise en service des machines soient conformes à la directive « machines ». Les étapes à respecter sont les suivantes :

Etape 1 : mentionner les exigences et observation stricte des prescriptions réglementaires (entre autres directive « machines ») et approbation du bon de commande par le conseiller en prévention.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Etape 2 : remise d'une attestation de conformité au moment de la livraison de la machine.
Etape 3 : rédaction du rapport de mise en service : la constatation de l'observation des exigences formulées au moment de la commande, la rédaction des instructions, la fourniture des informations et formations.

Mise en service

Avant que les machines puissent être utilisées, une enquête de mise en service des machines doit être réalisée.

spmt arista peut vous aider dans la rédaction d'un rapport de mise en service (obligatoire pour toutes les machines, donc aussi pour les machines déjà existantes).

Etude de conformité

Une étude de conformité peut être réalisée pour les machines qui ont été fabriquées avant le titre 2 du livre IV du code du bien-être au travail.

Une étude de conformité d'une machine vérifie si celle-ci satisfait aux prescriptions minimales imposées dans ce titre IV.2. Pour les points où la machine ne satisfait pas aux prescriptions, des mesures d'adaptation seront proposées. Par le biais d'une évaluation des risques, des conseils peuvent être formulés sur la mise (ou le maintien) en service de la machine tant que les mesures ne sont pas prises. La décision finale revient toujours à l'employeur.

Information des travailleurs

spmt arista peut vous aider à rédiger des notices informatives afin que vos travailleurs disposent d'informations adéquates avant utilisation.

Les éléments suivants sont systématiquement décrits :

- toutes les informations utiles concernant l'équipement de travail et les machines utilisées dans l'entreprise, de manière à ce que les travailleurs puissent, le cas échéant, participer à l'évaluation de ceux-ci
- les conditions d'utilisation
- les situations anormales prévisibles
- les conclusions à tirer de l'expérience acquise
- les risques de lésion qui pourraient être engendrés par l'équipement de travail et les machines.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Infos pratiques

Selon l'entreprise, ses activités, l'outil sera différent. La méthodologie sera discutée et validée avec le client.

Fourniture d'un rapport, possibilité d'effectuer un suivi régulier sous forme de mise à disposition.

Service

Evaluation du confort thermique

Le confort thermique est lié à six paramètres : quatre paramètres climatiques et deux facteurs individuels et liés à l'activité.

Objectifs

- **Mise en conformité selon les dispositions du titre 1 du livre V du code du bien-être au travail relatif aux ambiances thermiques.**
- **Évaluation de l'ambiance thermique de travail en déterminant si les conditions thermiques (chaudes ou froides) provoquent une forme d'inconfort ou de charge thermique physique.**
- **Proposition de mesures de prévention en fonction des résultats de l'évaluation.**

Pour qui ?

Les employeurs, le management, les membres du SIPP, les travailleurs.

Contenu

Le confort thermique est une notion subjective.
Plusieurs paramètres influencent notre perception de l'ambiance thermique :

- la température de l'air
- l'humidité relative de l'air
- le rayonnement thermique (solaire ou technologique)
- la charge physique nécessaire dans l'accomplissement du travail
- les méthodes et les équipements de travail utilisés
- les caractéristiques des vêtements de travail et des équipements de protection individuelle (E.P.I.)
- la combinaison de l'ensemble de ces facteurs
- le calcul de la notion de confort thermique (= méthodologie d'évaluation des ambiances thermiques modérées : bureaux) : indices PMV, indices PPD. Le calcul des indices des contraintes WBGT et, si nécessaire, le calcul des alternances temps de travail – temps de repos.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome ou le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista** en collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Mesures de l'ambiance thermique

Lorsque l'on parle d'ambiance thermique, on se situe soit dans une situation de confort, soit dans une situation de contrainte au froid ou à la chaleur d'origine technique ou climatique.

Objectifs

Il s'agit d'évaluer les contraintes, les astreintes et les comparer aux valeurs de référence. Ensuite, déterminer la situation des opérateurs par rapport aux zones de confort ou d'inconfort, et en fonction des résultats établir des mesures de prévention.

- **Mise en conformité selon les dispositions du titre 1 du livre V du code du bien-être au travail relatif aux ambiances thermiques.**
- **Analyse des risques des ambiances thermiques d'origine technologiques/ climatiques.**
- **Proposition de mesures de prévention en fonction des résultats de l'analyse.**

Pour qui ?

Les employeurs, le management, les membres du SIPP, les travailleurs.

Contenu

- Analyse de la demande.
- Les mesurages se font, en fonction de la problématique, au moyen :
  - de sondes mesurant la température de l'air et l'humidité relative
  - de sondes mesurant le dioxyde de carbone
  - d'un anémomètre à fil chaud
  - d'un globe noir
  - d'un logiciel pour le traitement informatique des données.
- Analyse et interprétation des résultats.
- Proposition de mesures de prévention et recommandations.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome ou le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista** en collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Mesures de l'ambiance sonore

Le bruit est une sensation auditive indésirable, désagréable, voire nocive. La nocivité est fonction de la durée, de l'intensité et de la répétition.

Objectifs

Mesurer l'ambiance sonore est un moyen pour atteindre un objectif :

- **évaluer le niveau sonore d'une machine**
- **évaluer le bruit ambiant dans un local**
- **évaluer le niveau d'exposition personnelle**
- **mise en conformité selon les dispositions du titre 2 du livre V du code du bien-être au travail relatif au bruit**
- **proposition de mesures de prévention en fonction des résultats de l'analyse.**

Pour qui ?

Les employeurs, le management, les membres du SIPP, les travailleurs.

Contenu

- Analyse de la demande
- Mesurages du niveau d'exposition quotidienne au bruit (Méthode normalisée – Norme NF EN ISO 9612) :
  - **étape 1** - Analyse de l'activité de travail
  - **étape 2** - Sélection d'une stratégie de mesurage :
    - par tâche
    - par métier (ou fonction)
    - par journée entière
  - **étape 3** - Réalisation des mesurages
  - **étape 4** - Analyse et interprétation des résultats.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome ou le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista** en collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Evaluation de l'ambiance sonore

Le bruit au travail et les nuisances sonores représentent un risque professionnel fréquent sur les lieux de travail.
Le bruit est une sensation auditive indésirable, désagréable, voire nocive. La nocivité est fonction de la durée, de l'intensité et de la répétition.

Objectifs

La prise en compte des risques liés au bruit dans l'entreprise implique des actions de prévention qui consistent, à la fois, à agir sur les sources de bruit et sur sa propagation dans les lieux de travail.
Poser un premier diagnostic de bruit dans leur entreprise et de rechercher des solutions de prévention.

- **Permet de distinguer les situations de risque certain et celles où l'absence de risque est considérée comme certaine.**
- **Les « cartographies de bruit » : utile pour localiser les sources les plus bruyantes - Quadrillage d'une zone et report sur une carte de mesurages ponctuels (quelques minutes).**

Pour qui ?

Les employeurs, le management, les membres du SIPP, les travailleurs.

Contenu

L'intervenant analyse, avec la hiérarchie et les opérateurs, les contraintes et activités aux postes de travail concernés et aide la hiérarchie à planifier des actions correctrices en tenant compte de l'ensemble des facteurs de risque de pénibilité.

- Analyse de la demande : répondre aux besoins spécifiques de l'entreprise.
- Estimation sommaire du risque - Test de communication dans le bruit (Test basé sur la possibilité de communiquer dans le bruit, afin d'évaluer l'ampleur du risque bruit.)
- Evaluation simplifiée.
- Mesurage d'exposition normalisé si nécessaire.
- Analyse de l'activité de travail :
  - sélection d'une stratégie de mesurage :
    - par tâche
    - par métier (ou fonction)
    - par journée entière.
  - réalisation des mesurages.
  - analyse et interprétation des résultats.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome ou le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista** en collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail de **spmt arista**.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Lutter contre l'exposition au bruit

Le bruit au travail peut se présenter sous la forme d'un inconfort acoustique ou d'un risque pour la santé et la sécurité des travailleurs.

Afin de lutter contre l'exposition au bruit des travailleurs, **spmt arista** peut réaliser différents types d'analyses afin de quantifier le risque, réduire celui-ci ou encore rechercher des améliorations visant à réduire l'inconfort acoustique.

Objectifs

- **Quantifier les risques liés à l'exposition au bruit.**
- **Réduire le risque par l'intermédiaire de mesures techniques et organisationnelles (1. À la source, 2. La propagation, 3. La protection individuelle).**
- **Améliorer le confort acoustique dans les locaux.**
- **Compléter les plans d'actions annuel et global.**

Plus-value pour vous au travail :

- Meilleure qualité de vie
- Diminuer les accidents
- Diminuer les risques de maladies professionnelles

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A, B, C et D.

Contenu

Différentes méthodologies pourront être employées en fonction des objectifs :

- **Quantification du Lex, 8h ou Lex, 40 exprimé en dB(A) (Niveau d'exposition personnelle moyen par jour ou par semaine)** : il s'agit de la dose de bruit que reçoit le travailleur et devra nécessairement passer par une analyse de l'activité, des mesurages du LAeq,T (niveau équivalent = moyenne en terme d'énergie acoustique) par tâche, par métier ou par journée entière et le calcul du Lex.
- **Quantification de l'exposition des travailleurs aux bruits impulsifs et bruits d'impacts** : consiste à mesurer le LpC,peak exprimé en dB(C) afin d'identifier si les pics les plus élevés dépassent les valeurs légales.
- **Réalisation d'une cartographie de bruit** : détermination du bruit ambiant, catégorisation en zones et report sur plans afin de déterminer les zones les plus bruyantes et permettre à l'entreprise de réguler facilement le port des EPI anti-bruit.
- **Réalisation d'une étude concernant de l'inconfort acoustique lié à des problèmes de réverbération dans un local** : cafétéria, zone de bureaux, salle de formation/réunion, etc. : mesurages et calcul du temps de réverbération T60 c'est-à-dire le temps nécessaire pour que le niveau sonore du champ réverbéré décroisse de 60 dB dans un local lorsqu'un bruit (signal émis) est brusquement interrompu. Ce T60 est dépendant du volume du local, des types de matériaux recouvrant les cloisons (coefficient d'absorption). Cela permettra de déterminer les solutions techniques visant à réduire la réverbération (type, superficie et localisation des matériaux absorbants, etc.).

Les mesures sont effectuées à l'aide de sonomètres intégrateurs de classe 1 ou de dosimètres lorsque le travailleur est très mobile et que l'objectif consiste à quantifier la dose de bruit reçue par un travailleur. A l'issue de chaque type d'intervention, un rapport complet est établi. Celui-ci retraçant l'objectif de l'étude, la méthodologie, l'interprétation ainsi que des pistes concrètes d'amélioration établies sous la forme d'un plan d'action.

Prestataires

le conseiller en prévention-ergonome, ing. niveau I de **spmt arista** ou le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista** ou experts de Modyva.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Service

Analyses microbiologiques

Prévention des agents biologiques. Des mesures peuvent être effectuées afin de connaître l'exposition aux agents biologiques aux différents postes de travail.

On aura recours à ce type d'analyse :
- en cas de présence avérée de moisissures au niveau des murs du lieu de travail
- lorsque l'on veut vérifier si les plaintes formulées par le personnel ne proviennent pas de la qualité microbiologique de l'air sur le lieu de travail.

Les mesures microbiologiques sont pratiquées sur le lieu de travail :
- lorsque l'on observe la présence de moisissures sur une paroi d'un local
- pour objectiver les plaintes de nature médicale formulées par le personnel
- dans le cadre de campagnes de mesures effectuées au sein de l'entreprise.

Objectifs

Les analyses microbiologiques visent à rechercher :
- **la présence de bactéries (sans en déterminer le type, sauf pour la légionelle)**
- **la présence, ainsi que le type de moisissures ; au niveau de surfaces, de l'eau et de l'air ambiant, …**

Pour qui ?

Les employeurs, le management, les membres du SIPP, les travailleurs.

Contenu

En fonction des types de micro-organismes présents, différentes analyses peuvent être envisagées :

- **Prélèvement par contact au niveau des surfaces**
  Le prélèvement est effectué en appliquant un milieu de culture au niveau de la surface. On peut rechercher la présence de bactéries et de moisissures. Après prélèvement, l'échantillon est envoyé au laboratoire pour incubation et analyse.

- **Prélèvement d'air**
  Ce prélèvement requiert l'utilisation d'une pompe RCS qui pulse l'air sur le milieu de culture. Cette mesure doit être pratiquée en cas de plaintes du personnel pouvant être liées à une exposition à des agents biologiques (bactéries et moisissures). Une mesure de l'air extérieur est toujours effectuée afin d'obtenir une valeur de référence.

- **Prélèvement sur plaque de verre**
  Il est possible de déterminer quels micro-organismes sont présents dans l'air de manière significative en effectuant un prélèvement par contact sur une plaque de verre préalablement désinfectée et laissée sur le lieu de travail pendant plusieurs jours. Il s'agit d'une mesure étalée dans le temps qui complète le prélèvement d'air effectué avec une pompe RCS.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Prélèvement d'eau au niveau de l'humidificateur d'air (bac collecteur)

Cette analyse doit être prévue en cas de plaintes spécifiques du personnel et en cas de présence d'un groupe de pulsion d'air conditionné avec bac collecteur. Un échantillon d'eau du bac collecteur est prélevé et recueilli dans un flacon stérile. Une à deux semaines après le prélèvement, on connaît les paramètres physico-chimiques tels que le taux d'acidité (pH), la conductivité de l'eau, le taux d'ATP, la présence d'une microfaune et d'un dépôt.

Autres analyses

En fonction des plaintes formulées par le personnel, d'autres analyses peuvent être envisagées, telles que l'analyse de la poussière des moquettes, l'analyse des endotoxines, l'analyse de l'étanchéité des filtres des groupes de pulsion, … Il est également possible d'effectuer des analyses de l'eau de distribution (potabilité).

Recherche de la légionelle

Cette bactérie se développe selon des conditions bien précises dans les conduites d'eau chaude, les tours de refroidissement des immeubles, et parfois, dans les fontaines d'eau. Un échantillon d'eau est prélevé au moyen d'un flacon stérile et est envoyé au laboratoire pour analyse.

Les analyses microbiologiques requièrent toujours la collaboration d'un laboratoire externe spécialisé.

Prestataires Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Infos pratiques **Lieu** : au sein de l'entreprise.

Service

Substances chimiques

Prévention des agents chimiques. Différentes substances organiques et inorganiques sont utilisées sur le lieu de travail. Ces substances peuvent se disséminer dans l'air ambiant, être absorbées (en quantités plus ou moins importantes), et entraîner l'apparition de pathologies chez les travailleurs qui y sont exposés.

D'autre part, la législation prévoit que l'employeur procède à des prélèvements et à des analyses de substances, de produits dangereux et de l'air ambiant sur le lieu de travail :

- en cas d'exposition avérée à un polluant chimique dans le cadre du processus de travail et si cette exposition a été démontrée par une analyse des risques
- en cas d'apparition chez un ou plusieurs travailleurs de symptômes caractéristiques d'une intoxication au polluant chimique recherché.

Objectifs

- **Évaluer le risque d'exposition des travailleurs aux agents chimiques.**
- **Déterminer les mesures de prévention.**
- **Déterminer la surveillance médicale nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**

Pour qui ?

Les travailleurs exposés aux agents chimiques.

Contenu

Les mesures des polluants chimiques peuvent être effectuées de manière ponctuelle ou continue.

Mesures ponctuelles

Ces mesures sont pratiquées en cas d'exposition quasi constante au polluant chimique. En fonction des polluants à analyser, on utilisera :

- soit une pompe manuelle et des tubes colorimétriques : cette méthode permet de déterminer la présence d'un large éventail de substances
- soit un analyseur impliquant l'utilisation d'une plaquette de 10 microtubes DRÄGER : cette technique est un peu plus précise que la précédente et tend d'ailleurs à la remplacer. Toutefois, actuellement, le nombre de substances que l'on peut mesurer est encore relativement restreint.

Ces mesures ne nécessitent pas de faire appel à un laboratoire externe spécialisé.

Mesures en continu

Ces mesures sont effectuées lorsque l'exposition au polluant et sa concentration varient dans le temps. En fonction de la durée de la mesure, on n'obtient qu'une valeur de concentration moyenne. En fonction des polluants à analyser, on utilisera :

- une pompe à bas ou à haut débit : cette méthode est plus chère que la précédente, mais elle apporte des résultats nettement plus précis
- des produits spécifiques qui absorbent le produit chimique mesuré.

Pour cette analyse, il est fait appel à un laboratoire externe spécialisé.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

Prix à la demande

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de spmt arista. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 11 ou via info@spmt-arista.be.

Formation de base

Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples)

L'exposition à l'amiante peut être très dangereuse pour la santé. Il subsiste à l'heure actuelle de nombreuses sources potentielles d'amiante au vu des multiples utilisations et applications qui en ont été faites dans le passé. Reconnaître les matériaux susceptibles de contenir de l'amiante est donc important pour la santé de tout travailleur.

Objectifs

- **Etre capable d'évaluer les risques pour sa santé et prendre les dispositions nécessaires pour travailler en toute sécurité.**
- **Cette formation répond également aux exigences de l'AR du 16/03/2006 relatif à la protection de la santé des travailleurs contre les risques dus à l'amiante pour les travaux par traitements simples.**

Pour qui ?

Les travailleurs susceptibles d'intervenir dans un environnement pouvant contenir de l'amiante.

Contenu

La formation aborde les différents points suivants :

- qu'est-ce que l'amiante ?
- comment reconnaître l'amiante ?
- quels sont les risques dus à l'exposition aux fibres d'amiante ?
- la législation en vigueur
- les mesurages
- les moyens de prévention
- les premiers secours
- exercices pratiques.

Formateur

Le conseiller en prévention sécurité de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 journée. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Recyclage

Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples)

Recyclage de la formation à la prévention et à la protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples).
La législation impose un recyclage des travailleurs ayant le certificat de formation de base de traitements simples de l'amiante afin de rappeler l'importance du travail suivant certaines procédures afin de préserver leur santé et leur sécurité ainsi que leur environnement.

Objectifs

- **Rappel des informations de base leur permettant d'exécuter les travaux de traitements simples de l'amiante sans risques pour leur santé et leur sécurité.**
- **Préservation de l'environnement de travail.**
- **Réponse aux exigences du code du bien-être, Livre VI, Titre 3, Amiante.**

Pour qui ?

Pour les travailleurs ayant suivi au préalable la formation de base amiante et qui doivent effectuer des travaux d'enlèvement d'amiante ou de matériaux contenant de l'amiante ou intervenir dans un environnement susceptible de contenir de l'amiante.

Contenu

Suivant le code du bien-être au travail art. VI.3-67 à VI.3-69. Rappel de :

- propriétés et risques pour la santé
- types de produits et matériaux, comment les reconnaitre
- opérations pouvant entrainer une exposition
- la surveillance de santé
- les pratiques professionnelles sûres et les techniques de mesures
- port et utilisation des équipements de protection, choix et pratiques
- procédures urgence
- procédures de décontamination et d'élimination des déchets.

Focus variés :

- changement dans la législation
- spécificités des EPI
- points faisant l'objet d'interpellation des travailleurs ou employeurs
- cas pratiques.

Formateur

La formation est donnée par des conseillers en prévention sécurité de niveau I de **spmt arista** pratiquant dans tous types d'entreprise et ayant une expérience de terrain concrète.

Méthode utilisée

La formation se réfère au déroulement de la formation de base et se diversifie par l'expérience concrète des participants. Elle se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 journée. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Hygiène alimentaire suivant la norme HACCP

Cette formation fournit aux participants les éléments nécessaires pour comprendre les règles d'hygiène alimentaire et leur donne les bases pour les appliquer de manière adéquate en pratique. Cette formation est basée sur les principes de la norme HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point ou système d'analyse des dangers et points critiques pour leur maîtrise).

Objectifs

Pour les travailleurs régulièrement en contact avec des denrées alimentaires, cette formation donne les informations nécessaires afin qu'ils se protègent et qu'ils protègent les denrées alimentaires. Cette formation répond aux obligations légales d'un employeur envers ses travailleurs qui sont amenés à manipuler des denrées alimentaires.

Pour qui ?

Les personnes en contact régulier avec les denrées alimentaires (travaillant par exemple dans une cuisine).

Contenu

Les points suivants sont abordés :

- qu'est-ce qu'un micro-organisme, où le retrouve-t-on, comment et dans quelles conditions il se développe, quelles en sont les conséquences ?
- un examen détaillé des différentes manipulations effectuées dans une cuisine (la réception des matières premières, la conservation, la préparation, la distribution des repas, la collecte et gestion des déchets, le nettoyage du matériel, l'entretien des locaux) et l'examen des points critiques possibles avec une explication des mesures préventives au niveau du personnel de cuisine
- quelles sont, à chaque stade, les erreurs qui ne peuvent être faites et pourquoi ?
- quelles sont les règles à fournir pour éviter les contaminations ?
- analyse et discussion concernant la législation respective en comparaison avec la partie scientifique.

Formateur

Le conseiller en prévention de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Un produit et ses dérivés

A votre demande, **spmt arista** peut créer une information toxicologique spécialement ciblée sur un produit particulier utilisé dans l'entreprise.

Objectifs

- **Déterminer les risques liés à l'utilisation de produits dangereux.**
- **Déterminer les mesures préventives et correctrices lors de la manipulation et en cas d'exposition accidentelle à un produit dangereux.**

Pour qui ?

Toutes les personnes amenées à manipuler ce - ou ces - produit(s) au cours de leur travail ainsi que leur ligne hiérarchique directe.

Contenu

Cette information peut comporter, entre autres, pour chaque produit, les éléments suivants :

- état physique, propriétés physiques (volatilité, inflammabilité, …)
- voies d'entrée possibles
- toxicité du produit sur l'homme et risques éventuels en aigu et en chronique
- bio-transformation (diffusion et modification dans l'organisme) et biodisponibilité (endroits de l'organisme où le produit peut être dosé)
- suivis biologiques et au poste de travail, valeurs limites d'exposition
- moyens de protection collectifs et individuels
- …

Cette information est suivie d'une discussion avec les utilisateurs afin de répondre à leurs questions pratiques.

Formateur

Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Usage de produits d'entretien

Le travail dans le secteur du nettoyage présente deux risques connus : celui lié à l'utilisation de produits d'entretien d'une part, et celui lié aux positions de travail, aux mouvements inadaptés et répétitifs d'autre part.

Objectifs

Comprendre la nature des risques liés à l'utilisation des produits d'entretien et adopter les attitudes de prévention adéquates (suivi des règles de sécurité, port des équipements de protection individuels, bonnes positions de travail et utilisation adéquate du matériel…).

Pour qui ?

La formation s'adresse au personnel appartenant au secteur du nettoyage, mais peut aussi être adaptée à d'autres secteurs.

Contenu

1re partie : l'utilisation des produits d'entretien

- La composition et les grandes catégories de produits d'entretien.
- L'inhalation, le contact cutané ou l'ingestion de produits.
- Les effets sur l'organisme (effets irritants, corrosifs, nocifs et toxiques, les allergies cutanées et respiratoires).
- L'étiquetage « santé », « sécurité » et « environnement ».
- Les moyens de protection et les premiers soins.
- Les conseils de sécurité avant, pendant et après l'utilisation de produits.

2e partie : les positions de travail

- Connaître son dos.
- Les règles d'or à respecter pour une bonne position de travail (travail en position debout, avec des objets à manche, au niveau du sol, les mouvements de torsion, nettoyer des vitres…).

Formateur

Le conseiller en prévention-hygiène de **spmt arista**.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique et concrète des participants et se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie, la pratique, et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

8

Leadership - Management

Formation

Face aux changements, l'art de l'agilité et de la résilience

Il y a des individus qui font que les choses se passent, il y des individus qui voient que les choses se passent, il y a des individus… qui se demandent ce qui s'est passé.

Objectifs

Tout se transforme constamment dans la nature. Pourtant, le changement omniprésent et inévitable dans ce monde est souvent mal vécu au sein des organisations.
Nous inviterons les participants à devenir des acteurs participatifs et résilients, conscients de la richesse d'être ouvert au changement. Nous aborderons durant ce module essentiellement l'aspect humain associé au change management.

- **La prise de conscience de son propre fonctionnement, en particulier face au changement, sommes-nous résistants ou résilients ?**
- **Comment comprendre le mode de fonctionnement des autres afin d'amener une dynamique positive et constructive au sein d'une équipe ?**
- **Comment créer un environnement participatif propice à une communication authentique ?**
- **Comment faire adhérer un maximum de collaborateurs au processus de changement ?**

Pour qui ?

Pour chaque individu impliqué dans le change management dans une organisation, et en particulier les dirigeants, les responsables de projets et d'équipes, les collaborateurs en ressources humaines.

Contenu

L'atelier se composera principalement d'exploration de cas très concrets, d'analyses de situations vécues par les participants dans leur milieu professionnel et d'exercices pratiques qui seront mis en perspective, d' apports théoriques, de grilles de lecture et d'outils concrets. En fonction de ceux-ci, nous proposerons l'un ou l'autre de ces outils :

- identifier et comprendre son mode de fonctionnement et celui des autres, les forces et les faiblesses face au changement (modèle des styles sociaux, valeurs individuelles et organisationnelles, …)
- identifier les peurs et les résistances face au changement, les comportements inhérents face à ces peurs et les pistes pour les traverser
- apprendre à reconnaître et à gérer ses émotions et celles des autres
- utiliser des processus d'intelligence collective (STOP/KEEP/START, SWOT…), peer coaching
- développer une communication efficace, transmettre des outils de coaching afin d'inspirer les collaborateurs à passer d'un mode « spectateur » à un mode « acteur »
- …

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 1 jour suivi d'1 demi-journée.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Le leader participatif

«La force du lien»

Le management exclusivement «top-down» a vécu. Place à la collaboration entre tous les niveaux de l'organisation. Mais comment y arriver ?

Objectifs

Paternalisme, hyper protection des collaborateurs, autoritarisme, imposition des directives sans possibilité de réaction, culture du «chef», … . Bien qu'ils soient indiqués comme dépassés dans toutes les études actuelles sur le people management, ces modes de direction ont la vie dure aussi bien parmi la hiérarchie que dans les équipes. Résultats : beaucoup de contrôle et d'immobilisme, peu d'initiatives ou d'innovation. Cet atelier propose de renverser la vapeur. Il s'agira d'examiner comment retrouver la juste position du manager … et du collaborateur.
Dans ce processus, ce qui ouvre au succès et qui fait la performance d'une équipe, au-delà de la compétence individuelle, de la technicité, des objectifs financiers, de la position hiérarchique,… c'est le lien, la qualité de la relation.
La clé du succès d'une équipe sera d'arriver à développer :

- **des liens forts qui perdurent au-delà des obstacles inévitables**
- **le plaisir de travailler ensemble à des buts communs ambitieux**
- **un climat où les dissensions sont transformées en ressources et les différences en complémentarités.**

Pour qui ?

Toute personne qui souhaite établir dans son équipe un leadership participatif et devenir un manager inspirant, un coach plutôt qu'un «chef».

Contenu

En nous inspirant notamment des modèles de Will Schutz et de Patrick Lencioni, les participants découvriront des clés pour fortifier une dynamique de groupe, pour que chacun puisse apporter son plein potentiel en toute autonomie. Au moyen de différentes grilles de lecture, ils pourront poser le diagnostic actuel de leurs équipes et identifier les dimensions sur lesquelles ils pourront intervenir pour, dès aujourd'hui, développer et optimaliser la performance de leur team.
Les principaux thèmes abordés sont :

- la position de manager, un des rôles clé de l'entreprise, mais pas le seul
- créer un espace de leadership participatif
- inviter les collaborateurs à agir en adulte responsable, à prendre des initiatives
- déléguer les responsabilités qui peuvent l'être et en assurer un suivi
- processus de prise de décisions en mode collaboratif
- processus d'intelligence collective.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Le leader enthousiaste

« Raviver le feu »

bao GROUP
LEARNING & COACHING

« L'enthousiasme est à la base de tout progrès. »

Henry Ford

Objectifs

Déception, perte de sens ou de confiance, sentiment d'impuissance,… que faire lorsque les « je ne veux plus », « je n'ose plus » ou « je n'y crois plus » se multiplient ? Lorsque l'attitude démissionnaire prend le dessus ? Comment (re)trouver son enthousiasme et susciter celui de ses collaborateurs ?

A l'issue de ce parcours, les participants auront pu :

- **se reconnecter à leur motivation professionnelle et à leur source d'inspiration**
- **développer la confiance nécessaire à la poursuite de leurs objectifs**
- **identifier les stratégies que chacun peut mettre en place pour éteindre « son feu » (plaintes, peurs, résignation, ambitions non réalisées, …).**

Ils apprendront et maîtriseront des techniques pour maintenir le « feu » vivant chez soi et chez les autres (dans son équipe), pour ouvrir des espaces d'innovation et de créativité dans leur quotidien et par conséquent d'éviter les pièges du burnout ou du bore-out.

Pour qui ?

Cet atelier s'adresse à ceux qui souhaitent (re)trouver leur motivation profonde et l'art de la transmettre à son entourage.

Contenu

Dans ce parcours, nous irons re-visiter les concepts de Bateson, Herzberg, Maslow, … pour les faire vivre dans le concret et la réalité des participants et dans le but d'aller rechercher :

- ce qui me connecte à ma motivation et ce qui peut couper mon élan
- ce qui fait sens et donne sens au travail que j'accomplis
- ce qui renforce la confiance en moi et en les autres.

Au cours de ce trajet, seront également utilisées des techniques créatives et métaphoriques, à côté d'exercices de respiration énergisante et autres activités insolites.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Le leader audacieux

« Diriger avec ses tripes »

« Approchez vous du bord, dit-il ;
-On ne peut pas, Maître, on a peur ;
-Approchez-vous du bord, réitéra-t-il ;
- On ne peut pas, Maître, on a peur ;
- Approchez-vous du bord, fit-il encore. Ils vinrent. Il les poussa...
Et ils volèrent... »

Guillaume Apollinaire

Objectifs

Dans un monde exigeant, où la pression est mise sur les résultats et où le droit à l'erreur est quasi absent, prendre des décisions peut devenir un acte tellement lourd de conséquences potentielles (réelles ou imaginaires) que de vieilles peurs peuvent se réveiller à notre insu et générer des comportements indécis chez les collaborateurs de tous niveaux. Peur de déplaire, ou d'être dans la ligne de mire, ou de créer des conflits, ou de se tromper… Doubles contraintes qui donnent l'impression qu'il n'y a aucune issue favorable… tous ces facteurs créent un climat où on ne tranche pas, ou pas clairement, on ne communique pas les décisions, on remet sans cesse en cause les directions prises,…
Cet atelier propose aux équipes et à leurs leaders des techniques pour développer l'audace, pour dépasser les peurs et se connecter au pouvoir du choix et de la créativité. Oser la différence et créer un climat encourageant la prise de risque, où les collaborateurs ne craignent pas de prendre des décisions, quel que soit leur niveau de responsabilité. Devenir des optimistes créatifs et contagieux.

Pour qui ?

Pour tous ceux qui souhaitent vivre la puissance du choix, assumer pleinement leurs décisions et en assurer le succès dans l'organisation.

Contenu

Via des méthodes issues de la psychologie énergétique et de l'intelligence collective (forum ouvert, stratégie Walt Disney, speed coaching, métaphores), mobiliser les énergies pour oser décider et innover.

- Développer la créativité, faire émerger la confiance et l'audace chez un individu ou une équipe.
- Détecter les peurs et les résistances pour se dépasser et s'engager.
- Appliquer des techniques innovantes et rapides pour combattre la résignation.
- Dépasser ses croyances limitantes et développer tout son potentiel de choix créatifs.
- Etre mis dans un contexte inconnu, inhabituel, et être obligé de trouver des solutions.
- Sortir des sentiers battus pour se connecter à son pouvoir créatif et novateur pour pouvoir l'appliquer à son quotidien professionnel.
- Retrouver le sens de l'aventure, du jeu, de l'adrénaline et du stress positif en osant créer.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Le leader ouvert

« Manager la diversité »

Génération Y, multi-culturalité, différences des genres, sensibilités linguistiques, non-discrimination, … Face à ces défis, l'attitude du leader sera de développer la posture du mentor, pour lui et pour l'ensemble de ses collaborateurs, quels qu'ils soient.

Objectifs

Le temps où la place, le titre et la reconnaissance dans l'entreprise étaient liés à l'ancienneté est révolu. Aujourd'hui, pour de nombreuses organisations l'heure est à la « méritocratie », qui s'axe surtout sur les réalisations du moment présent et fait fi d'autres critères.
Dans ce nouveau paradigme, il s'agira de voir :

- **comment le courant peut passer entre les différents acteurs professionnels aux horizons si multiples : sexe, âge, culture, vision politique, langue, classe sociale, … ?**
- **comment donner une place à chacun et s'enrichir de toutes ces différences ?**
- **comment dépasser les préjugés, les craintes, les frustrations qui peuvent conduire à l'intolérance et au rejet ?**

Pour qui ?

Pour tous ceux qui souhaitent avoir des pistes concrètes pour faire avancer l'organisation en capitalisant sur la transmission, le partage du savoir-faire et du savoir-être et l'optimisation des complémentarités.

Contenu

Au travers de concepts pratiques basés sur les travaux d'Ofman, Schutz, Belbin, Ruiz, …, il s'agira de :

- créer et s'engager dans une dynamique de tolérance et d'ouverture
- sortir de nos liens de dépendance et contre-dépendance pour oser développer son autonomie dans l'inter-dépendance
- quitter le besoin d'avoir raison pour découvrir ce que l'autre a à m'apporter.

Ce contenu sera aussi ponctué de « rites de passage », de célébrations permettant d'honorer la diversité et de renforcer les liens de solidarité.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Le leader authentique

« Oser dire »

Il n'y a pas de bruit plus assourdissant que celui des non-dits…

Objectifs

Combien de projets bloqués parce que certains ne se parlent que pour le strict minimum ? Combien d'objectifs non atteints parce que le climat est à la compétition plutôt qu'à la collaboration ? Combien de réunions stériles parce que personne n'ose aborder les sujets qui fâchent, ou bien parce que ceux qui le font, le font de façon destructrice ? Combien de personnes démotivées par les rumeurs et les secrets de polichinelle ?
Cet atelier vous invite à découvrir les mécanismes qui bloquent la communication ouverte et les conséquences de cette fermeture au dialogue authentique.
Il propose aux participants des moyens concrets d'instaurer une culture de feedback et de… « feed forward » ! Nous y verrons comment installer le climat qui permet les échanges d'idées, les débats contradictoires, les conflits constructifs.
Renforcer une culture d'entreprise où les feedback, aussi bien positifs que négatifs, sont vus comme des opportunités d'apprentissage et d'évolution. Où chacun se sent libre de s'exprimer, quel que soit son niveau de responsabilité, sans s'exposer au jugement ou à des sanctions. Où les problèmes, y compris relationnels, sont abordés ouvertement, avec les personnes concernées.

Pour qui ?

Cet atelier s'adresse aux leaders qui souhaitent instaurer ou renforcer une culture de feedback positive dans leurs équipes.

Contenu

Au-delà des apports théoriques de grilles de lecture et d'outils concrets, l'atelier se composera principalement d'analyses de situations vécues par les participants dans leur milieu professionnel et d'exercices pratiques (entre autre constellations systémiques et exercices psychocorporels).
Inspirés par les travaux de M. Rosenberg, B. Hellinger, E. Berne et S. Karpman, M. Ruiz, W. Shutz ou L. Bourbeau, nous nous pencherons sur les thèmes :

- les avantages à ne pas dire et les inconvénients à dire
- les 5 grandes peurs qui nous empêchent d'être pleinement authentiques
- transparence ou authenticité sélective : faut-il tout se dire ?
- l'écoute généreuse et la confrontation bienveillante
- les liens entre l'authenticité, la confiance en soi et la vulnérabilité.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Manager coach

Les bases du coaching managérial et relationnel

Un collaborateur bien outillé est le meilleur atout pour garantir le bien-être et la performance de l'organisation.

Objectifs

Cette formation globale apporte aux participants des outils relationnels. Ces outils permettront d'adopter la posture adéquate pour susciter l'adhésion dans des projets communs. Un personnel «bien dans sa peau» en accord avec la vision de l'organisation et en accord avec ses aspirations personnelles les plus profondes est la base de l'équilibre et de la réussite personnelle et collective.
Il s'agit de changer réellement et durablement les comportements et attitudes des responsables d'équipe en les sensibilisant à l'utilité de la «double casquette» de «chef» et de coach en fonction des situations vécues sur le terrain. Cette attitude permet d'éviter le risque d'être vecteur du burnout dans son équipe et à la fois d'avoir la capacité d'en repérer les premiers signes parmi ses collaborateurs.

Pour qui ?

Toute entreprise ou organisation qui souhaite faire grandir de manière durable la performance managériale de ses collaborateurs et de ses équipes en favorisant l'autonomie et la responsabilisation : équipe de direction, cadres, managers, chefs de projets, forces de vente, contremaîtres, …

Contenu

Les participants, issus de diverses organisations (ou pas) auront l'occasion de progresser entre pairs. Ils pourront, au travers de la formation et du «coaching individuel en groupe» (ou peer coaching), travailler leurs objectifs en bénéficiant de la puissance et de la force du groupe. Chacun des participants aborde un objectif de développement professionnel qui est - au fur et à mesure du trajet - redéfini, mis en chemin.
Trois axes principaux sont explorés durant ce trajet :

- oser re-trouver sa puissance de choix : il s'agira de découvrir son propre mode de fonctionnement : comment réagissons-nous ? Quels sont les schémas de pensée qui nous guident inconsciemment ? Comment adopter une position de recul par rapport à une situation donnée pour sortir des schémas récurrents ?
- la culture du feedback : le participant découvrira concrètement ses modes de communication, se permettra de dépasser ses peurs (de déplaire, de renoncer, de se tromper…) pour permettre le dialogue et la controverse tout en évitant les conflits toxiques.
- le B.A.-BA du coaching : grâce aux outils acquis lors des premiers jours, le participant découvre le processus de base du coaching : comment définir notre objectif, quelles sont les conditions de sa bonne formulation de manière à le rendre applicable, concret, réalisable. Quelle est la réalité, quelles sont les ressources et les freins, quelles sont les options possibles et quel plan d'action mettre en place…

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 6 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. La formation est donnée également dans nos locaux sur base d'inscription individuelle (formation inter-entreprise/association). Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Les bases de la communication : parler avec ses oreilles

« Avant de pouvoir marcher avec les chaussures des autres, je dois pouvoir défaire les miennes. »

Spencer Johnson

Il n'y a en effet pas de communication efficace sans relation saine. Relation avec les autres et relation à soi. Ce que vous dites ou omettez de dire, ce que vous faites ou laissez tomber est interprété par les autres autour de vous. Vous communiquez, que vous le vouliez ou non.

Objectifs

Découvrez comment et sur quelles bases les gens communiquent. Développez vos propres aptitudes pour transmettre votre message le plus précisément possible. Apprenez les différences entre subjectivité et objectivité.

Pour qui ?

Toute personne qui veut faire passer avec succès un message.

Contenu

La méthodologie du **BAO Group** trouve son origine dans divers champs de connaissance (PNL, AT, systémique, neurosciences...). Notre approche se concentre sur les expériences de votre pratique quotidienne et donc directement applicable à votre réalité.

- L'écoute active, un incontournable.
- Manier avec aisance et en conscience le non-verbal.
- Déterminer l'objectivité et la perception « subjective ».
- Reformuler pour s'assurer de l'exactitude du message.
- Comment gagner du temps en échangeant de l'information pertinente.
- L'art du questionnement.
- Comment entrer dans le monde de votre interlocuteur ou montrer de l'empathie.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Prendre la parole en public : revenez à vous !

Le cauchemar personnel d'un orateur peut prendre de multiples formes. Apprenez à vous débarrasser de ces petites voix malicieuses et à prendre la parole en public avec enthousiasme et passion.

Objectifs

Tenez-vous avec enthousiasme devant votre public !
Créez un lien avec lui, mettez une ambiance chaleureuse et prenez plaisir à vous exprimer dans ce contexte.
Vous recevrez pendant cette formation pratique un savoir-faire concret et des conseils (via un feedback individualisé) applicables immédiatement.

Pour qui ?

Toute personne qui a l'occasion de parler à un groupe. Du manager qui s'adresse à son équipe à la personne qui donne une conférence.

Contenu

Nous irons puiser dans différents champs de connaissance : PNL, AT, systémique, neurosciences via des exercices pratiques liés à votre réalité.

- La préparation : votre public, votre contenu, votre non verbal.
- Du stress à la fluidité quand vous êtes face à votre public : optimiser vos forces connues et méconnues.
- Jouer avec la respiration.
- Le pouvoir de votre voix : intonation, rythme et volume.
- Le contact avec votre public, jouer avec les silences.
- Les « à faire/à ne pas faire » du non verbal.
- Apprendre à s'adapter à des publics différents et comment gérer des participants « difficiles ».
- Les secrets d'une présentation visuelle.
- 10 règles d'or pour construire une histoire passionnante et structurée.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Les bases du leadership : un acte d'humilité

« Etre un exemple pour les autres
n'est pas la principale manière d'influencer les autres, c'est la seule manière. »

Albert Einstein

Le leader-né, ça existe ? Si c'est le cas, cela ne concerne qu'un petit nombre d'élus. Pas de souci : mener et motiver, ça s'apprend.

Objectifs

En temps que manager, chef de division ou responsable, vous souhaitez faire bouger les autres et vous recherchez le fonctionnement optimal de votre équipe. Très vite vous réalisez que guider tout le monde de la même manière ne porte pas ses fruits, ne fournit pas les mêmes résultats.
Capitaine ou entraîneur ? ... ou un équilibre juste entre les deux, vous choisissez votre style de leadership et vous pouvez sans difficulté l'accorder à vos collaborateurs. Votre propre style de communication devient alors une clé pour mieux atteindre les objectifs ensemble.

Pour qui ?

Toute personne qui a une fonction de leader, qui dirige une équipe ou un projet. En outre, toute personne qui veut donner une impulsion à sa carrière trouvera de l'inspiration dans cette formation concrète et pratique.

Contenu

- Quelle est la différence entre management et leadership ?
- Avoir différents styles de leadership adaptés aux membres de l'équipe et à leurs tâches spécifiques.
- Leadership : « it's not about you, it's about them ».
- Mettez-vous au travail avec vos qualités personnelles, vos pièges et points d'attention en tant que leader.
- Comment donner de la puissance/du pouvoir à votre vision ?
- Comment s'y prendre avec les personnes en résistance, non-collaborantes, critiques ?
- Comment accompagner vos collaborateurs à déployer leur plein potentiel ?
- Comment parvenir à une collaboration efficace et créer un esprit d'équipe fort ?
- Comment mesurer l'impact réel de vos actions et responsabilités ?
- Comment stimuler créativité et prise d'initiative dans votre équipe ?

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.
Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Le leader mindful

Devenir un leader plus efficace

Pour sortir du mode «pilote automatique» dans lequel nous fonctionnons trop souvent … la Mindfulness, appelée également Pleine Conscience … Ou comment devenir un leader plus efficace ?

Objectifs

La pleine conscience, c'est apprendre à être présent, vraiment présent à ce que l'on vit. Elle nous aide à calmer nos esprits bouillonnants, nos questions incessantes, nos inquiétudes, nos constructions anxieuses du futur.
Beaucoup de leaders mettent leur attention sur la vision et la stratégie, mais il est tout aussi important d'apprendre à être plus conscient de ce qui se passe dans l'instant, comprendre nos émotions, appliquer une approche calme et réfléchie face aux situations qui peuvent être stressantes.
La pleine conscience permet de développer l'intelligence émotionnelle et relationnelle, de mieux gérer le stress et de prendre de meilleures décisions (en conscience plutôt qu'en réaction).
L'intégration de l'émotionnel et du rationnel est la clé d'un management performant.
Etre dans l'instant présent permet de voir des opportunités à saisir, de développer une plus grande créativité et un leadership plus efficace.
De nombreuses études scientifiques ont démontré que pratiquer la pleine conscience augmente les capacités de résistance au stress et au burnout.
Grâce à cette formation, vous pourrez commencer à intégrer la Mindfulness dans votre vie quotidienne.

Pour qui ?

Tout le monde, particulièrement pour les personnes exerçant un leadership.

Contenu

Il s'agit d'une initiation très complète et modulable en fonction du temps que vous avez choisi d'y consacrer. Les participants expérimenteront la Mindfulness via :

- un peu de support théorique
- de la pratique de méditation guidée en pleine conscience, dans différentes positions (assis, couché, en marchant, en pratiquant le yoga...)
- des exercices simples de mouvement en pleine conscience
- des discussions de groupe pour progresser dans la pratique
- des exercices spécifiques pour devenir un leader mindful
- des expériences pour gérer mieux le stress, prendre du recul, faire des choix plus conscients
- l'apprentissage de session à faire de façon individuelle, chez soi et/ou dans son cadre professionnel.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 4 x 1 demi-journée.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Tenue décontractée, tapis de sol à apporter, coussin de méditation facultatif.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation

Gérer les personnes dites « difficiles »

bao GROUP
LEARNING & COACHING

« On est toujours le con de quelqu'un »

Pierre Perret.

Objectifs

Durant cette formation expérientielle, l'objectif sera de trouver les clés qui permettent de collaborer sereinement avec tous types de personnes. Que ce soit parmi nos collaborateurs, nos collègues, notre direction, nos clients, nos fournisseurs, il nous arrive parfois de devoir composer avec des individus dont le comportement nous est difficile à supporter et dont nous n'obtenons pas le niveau de collaboration souhaité.

Cet atelier s'attache à mettre en lumière les types de personnes que nous trouvons difficiles, puis à comprendre l'origine et la signification des comportements qu'ils posent, pour trouver comment les aborder de façon sereine et efficace.

Pour qui ?

Pour toute personne qui est amenée à collaborer avec des personnes dites «difficiles» : les éternels négatifs, les pessimistes endurcis, les manipulateurs, les agressifs, les démissionnaires tacites,…

Contenu

Nous travaillerons toujours à partir de cas concrets apportés par les participants, de situations vécues dans leur milieu professionnel.

Pour déjouer ces difficultés, plusieurs outils seront proposés, issus de la Programmation Neuro-Linguistique (PNL), de l'Analyse Transactionnelle (AT) et de la Communication Non Violente (CNV). Ils nous aideront à :

- trouver l'intention positive qui se cache derrière les comportements inadéquats
- comprendre les motivations profondes de ces personnes et trouver des façons d'y répondre, ou de les recadrer
- comprendre les mécanismes de défense, et les déjouer lorsqu'ils sont inadaptés
- gérer les tensions et les conflits générés par ces comportements
- sortir de relations toxiques.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

8.13 Formation – Gérer les émotions et le stress par une technique de psychologie énergétique : l'Emotional Freedom Technique

Formation

Gérer les émotions et le stress par une technique de psychologie énergétique : l'Emotional Freedom Technique

« Soyez votre lampe, votre île, votre refuge.
Ne voyez pas de refuge hors de vous même. »

Bouddha.

Objectifs

Permettre à chacun d'amener dans son quotidien quelques outils qui lui permettront de se libérer de toutes ces croyances, tracas ou traumatismes -conscients ou non- qui nous parasitent l'existence et qui ne nous permettent pas d'être pleinement sereins dans le moment présent.

Comprendre à quel moment ce merveilleux outil qu'est notre cerveau nous trompe alors qu'il pense nous protéger et nous défendre.

L'Emotional Freedom Technique (ou EFT) vous permettra de passer du mode spectateur/victime au mode acteur dans la gestion des émotions.

Pour qui ?

Pour chaque personne ouverte qui désire acquérir une technique énergétique lui permettant de mieux gérer son stress et ses émotions.

Contenu

Cet atelier se veut pratique, concret et pragmatique.
Il se composera principalement d'exploration de cas réels, d'analyses et de traitement par l'EFT de situations vécues par les participants et d'exercices pratiques, qui seront mis en perspective par l'apport théorique de grilles de lecture et d'outils directement applicables.

Nous aborderons entre autres :

- comprendre le mécanisme de déclenchement des émotions et du stress
- apprendre à reconnaître et à gérer ses émotions, les identifier et prendre conscience de leur impact physiologique
- lien entre l'apparition des émotions négatives et les perturbations du système énergétique
- bref historique de l'EFT, les domaines d'application
- acquisition du protocole de base de l'EFT
- Que faire quand l'EFT ne fonctionne pas ?

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, praticiens en EFT.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Formation – Spécial enseignement

Développer son leadership et la coach attitude

Objectifs

Comme responsable dans le monde de l'enseignement, vous êtes continuellement appelé à faire des choix, à prendre des décisions qui peuvent avoir un impact sur les équipes et par conséquent parfois aussi sur les élèves. Ces décisions, souvent prises le nez dans le guidon, souvent seul, dans l'urgence, ont parfois des impacts qui peuvent être très négatifs pour les équipes. Apparaissent dès lors les frustrations, la démotivation, l'absentéisme ... parfois le burnout.

Pour ne pas en arriver là, pour anticiper, pour faire les «justes» choix, nous vous proposons un trajet vous permettant de faire un état des lieux et d'acquérir certains outils. Ceux-ci permettront d'adopter la posture adéquate pour mobiliser les équipes et susciter l'adhésion de projets communs.

Les participants, issus de diverses institutions, s'inscrivent à ce programme de 6 journées dans le but de progresser entre pairs. Ils pourront, au travers d'une formation performante et du «coaching individuel en groupe», travailler leurs objectifs de développement personnel et relationnel en bénéficiant de la puissance et de la force du groupe.

Pour qui ?

Parcours pour directeurs, directeurs-adjoints et tous les responsables du monde de l'enseignement qui souhaitent motiver de façon durable leurs personnel dans un monde complexe qui n'arrête pas de changer.

Contenu

Trois axes principaux sont explorés durant ces 6 jours :

- **Oser re-trouver sa puissance de choix**
  Il s'agira de découvrir son propre mode de fonctionnement : comment réagissons-nous ? Quels sont les schémas de pensée qui nous guident inconsciemment ? Comment adopter une position de recul par rapport à une situation donnée pour sortir des schémas récurrents ?

- **La culture du Feed Back**
  Le participant découvrira concrètement ses modes de communication et ceux des autres, se permettra de dépasser ses inquiétudes (de dire les choses, de déplaire, de renoncer, de se tromper…) pour permettre le dialogue et la controverse sans tomber dans l'adversité.

Prix à la demande

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ? Nous serions heureux de vous aider.

Academy • 02 289 68 25 • academy@spmt-arista.be

Contenu (suite)

Le B.A. – BA du coaching
Grâce aux outils acquis lors des premiers jours, le participant découvre le processus de base du coaching : comment définir un objectif, quelles sont les conditions de sa bonne formulation de manière à le rendre applicable, concret, réalisable. Quelle est la réalité, quelles sont les ressources et les freins, quelles sont les options possibles et quel plan d'action mettre en place…

Méthode utilisée

- Basée sur le vécu, sur les situations réelles rencontrées sur le terrain (pas de jeux de rôle). La théorie représente 30% environ du temps.
- Les coachs-formateurs utilisent et enseignent des outils issus de disciplines variées : l'intelligence émotionnelle et collective, l'analyse transactionnelle, la programmation neurolinguistique, les neurosciences, la psychologie positive…
- Notre approche de coach nous amène à travailler non seulement sur le niveau des capacités (savoir-faire), mais aussi et surtout sur les facteurs conscients et inconscients qui freinent, voire empêchent l'individu de progresser dans l'atteinte des objectifs (savoir -être).
- Appropriation d'outils concrets et directement applicables.
- Initiation au peercoaching. Technique de coaching individuel en groupe.

Contenus (entre autre…)

- La communication non violente.
- Gérer l'impact des situations sur lesquelles on n'a pas le contrôle.
- Les « drivers », outil d'analyse transactionnelle, permettant une prise de conscience sur des modes de fonctionnement inconscients.
- Outils pour retrouver l'équilibre personnel.
- La gestion des tensions/conflits à tous les niveaux de l'institution (équipes, parents, inspection…).
- Initiation à des outils de gestion du stress.
- Base d'un processus de coaching.
- Grille de lecture sur son propre mode de fonctionnement et celui des autres.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 6 jours (6 x 1 jour).

Lieu : Le Bouche à Oreille, Bruxelles (accès facile par métro/bus et parking gratuit au Cinquantenaire).
Un syllabus électronique sera mis à disposition des participants.

Notes

Éditeur responsable : Olivier Legrand, rue Royale, 196, 1000 Bruxelles. Cette édition est protégée par des droits d'auteur et date du 1er septembre 2018. Photos : Shutterstock / iStock / ThinkstockPhotos. INF_FR_COM_021-v3

spmt arista

Service Externe de Prévention
et de Protection au Travail

Rue Royale 196 • 1000 Bruxelles
T. +32 (0)2 533 74 11 • info@spmt-arista.be
www.spmtarista.be