

Agir sur mes risques professionnels

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- **Appréhender** la réglementation santé et sécurité au travail et connaître les bases de la prévention
- **Identifier** les risques professionnels liés à **leur activité et à leur environnement de travail**
- Analyser les situations à risque en repérant les **facteurs aggravants** et les **conséquences potentielles**
- Évaluer les **priorités d'action en fonction** de la fréquence, de la gravité et de la maîtrise des risques
- **Mettre en œuvre des actions de prévention** adaptées à leur poste et à leur contexte

Public cible

- Tout personnel de l'entreprise
- Pas de prérequis
- Une tenue confortable est recommandée afin de permettre les éventuelles manipulations

Formateur

Expert en prévention des risques professionnels et QVCT

Personnes en situation de handicap

Contactez Stéphanie Olivier (Tel : 06 49 22 89 74) pour étudier ensemble les possibilités d'adaptation

Performatbien
4 rue du Capitaine Lemonnyer
50290 BREHAL
Siret : 93975178000015
NDA : 28 50 01 723 50



Contact

Stéphanie Olivier
Tel : 06 49 22 89 74
Mail : stephanie@performatbien.fr
www.performatbien.fr



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Durée de la formation

14 heures, en présentiel

Tarif intra-entreprise

2100 € hors taxes

Comment participer

En intra-entreprise :

12 participants maximum par session
Délai : 1 mois avant la prestation afin de définir la date, les modalités et la liste des participants

En inter-entreprise :

De 4 à 10 participants
Selon calendrier disponible sur demande et sous réserve d'inscription 15 jours avant le début de la session de formation.
La formation se déroulera dans les locaux choisis par le prestataire.

Modalités d'évaluation

- Evaluation diagnostique, formative, sommative (positionnement en entrée et fin de formation, évaluation orale tout au long de la formation et lors des mises en situation)
- Bilan à chaud et à froid (questionnaire google form)

Suivi de la formation

Attestation de présence à signer chaque demi-journée
Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

Contenu détaillé : Agir sur mes risques professionnels

Introduction

Santé et sécurité au travail, de quoi parle-t-on ? Quels sont les enjeux pour le salariés, pour l'entreprise
Principe de base de la prévention

1 - Comprendre les risques professionnels

Définitions clés : danger, risque, exposition, prévention
Typologie des risques : physiques, chimiques, organisationnels, psychosociaux, routiers...
Cadre réglementaire : obligations de l'employeur et du salarié
Approche intra : partir des réalités du terrain

2 – Identifier ses propres risques professionnels

Cartographie des activités et situations de travail
Repérage des risques liés aux tâches, outils, environnements, interactions
Identification des signaux d'alerte (fatigue, tensions, incidents, etc.)

3 – Analyser les situations à risque

Méthodes simples d'analyse :

- Arbre des causes
- Matrice fréquence / gravité
- Analyse des facteurs aggravants

Études de cas issues du vécu des participants

4 – Prioriser et décider des actions de prévention

Les trois niveaux de prévention : primaire, secondaire, tertiaire
Choisir une action pertinente et réaliste
Exemples d'actions adaptées aux risques identifiés
Travail sur les leviers individuels et collectifs

5 – Construire son plan d'action personnel et collectif

Élaboration d'un mini-plan d'action par équipe
Engagement individuel : « Mes 3 actions prioritaires »
Présentation croisée et feedback entre pairs

Articulation avec le DUERP

Tout au long de la formation, les participants sont invités à faire le lien entre les risques identifiés et leur transcription dans le DUERP de leur structure. L'objectif est de renforcer la culture de prévention en donnant du sens à ce document réglementaire souvent perçu comme formel. Les outils d'analyse proposés (cartographie, matrice fréquence/gravité, arbre des causes) sont directement mobilisables pour enrichir ou actualiser le DUERP. En fin de parcours, les plans d'action individuels et collectifs peuvent servir de base concrète pour alimenter les mesures de prévention du document, dans une logique de mise à jour continue et participative.

Formation à dominante pratique

- Le cas échéant, cette formation permet de répondre à l'obligation réglementaire : Art R4541-8 : l'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles d'une formation adéquate à la sécurité...
- Inscrite sur le compte de prévention des stagiaires

Notre recommandation

Afin de garantir la pertinence et l'impact de cette formation, nous vous proposons un entretien préalable (prévoir 1h) avec le commanditaire pour adapter le contenu aux réalités du terrain : nature des activités, typologie des postes, TMS recensés, caractéristiques des accidents du travail (AT) et maladies professionnelles (MP), ainsi que les composantes organisationnelles et environnementales du travail. Cette phase préparatoire permet d'ancrer la formation dans le quotidien des salariés, de cibler les leviers de prévention les plus efficaces et de proposer des mises en situation concrètes et opérationnelles.

Méthodes pédagogiques

Alternance théorie / pratique : exposés courts suivis d'exercices concrets
Mises en situation : jeux de rôle, simulations de terrain
Études de cas : à partir de situations vécues ou typiques du secteur
Travail collaboratif : sous-groupes, co-construction de solutions
Approche réflexive : auto-évaluation, engagement personnel
Supports visuels : schémas, matrices, infographies synthétiques
Échanges guidés : discussions, retours d'expérience, intelligence collective