Catalogue des ateliers de prévention et des formations

2026-2027

INCLUS DANS VOTRE COTISATION

Association Interprofessionnelle
Santé Travail Béziers

AIST
PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL
Béziers

Introduction

Votre partenaire de la prévention santé en entreprise, l'Association Interprofessionnelle de Santé au Travail de Béziers, vous présente son catalogue **d'ateliers et de formations de prévention qui ont pour but de mieux vous accompagner dans la prévention de vos risques professionnels.**

L'objectif final étant de vous donner des mesures et moyens de prévention que vous pourrez mettre en œuvre, en tant qu'employeur, dans votre entreprise, pour vos salariés.

L'ensemble des ateliers de prévention et la majorité des formations, présents dans ce catalogue, sont inclus dans votre cotisation.

Vous avez la possibilité de **faire intervenir nos équipes directement au sein de votre entreprise :** nos préventeurs pluridisciplinaires (médecins, infirmiers, ergonomes, techniciens, psychologues, etc.) **se déplacent sur site pour co-construire avec vous un programme de sensibilisations,** adapté à vos besoins, à vos métiers et à vos risques professionnels.

Ces ateliers et formations réalisés dans votre entreprise permettent d'impliquer vos salariés, de favoriser les échanges et de **renforcer durablement la culture de prévention au sein de vos équipes.**

L'équipe pluridisciplinaire
de l'AIST Béziers

Trouvez l'atelier de prévention ou la formation qu'il vous faut

Prévention des risques

01. Atelier d'échange de pratiques sur la prévention des risques 8
02. Accompagnement à l'élaboration du Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP) 8
03. Inscrire les Risques Psycho-Sociaux (RPS) dans le Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP) 9
04. Analyser vos accidents de travail 9
05. Prévenir la désinsertion professionnelle : agir au bon moment 10
06. Escape Game - Troubles musculo-squelettiques (TMS) 10
07. La communication non-verbale (module 1) 11
08. La communication non-verbale (module 2) 12

Prévention des risques spécifiques ou métiers

09. La santé des dirigeants 14
10. La posture sédantaire au travail 14
11. Risque biologique en entreprise 15
12. Sécurité routière : 1ère cause d'accident au travail mortel 15
13. Hygiène de vie et travail 16
14. Santé et sécurité des intérimaires 16
15. Travail sur écran (aménagement des postes de travail) 17
16. Consommation d'alcool,drogues, médicaments : que faire en entreprise ? 17
17. Aide à domicile 18
18. Aide à domicile : volet dirigeants et encadrants 18
19. Repérer et prévenir les risques chimiques 19
20. Escape Game - Bruit 19
21. Escape Game - Risques Chimiques 20
22. Escape Game - Risques Routiers 20

Prévention des risques psycho-sociaux (RPS)

23. Sensibilisation aux Risques Psycho-Sociaux (RPS) et à la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT) 22
24. Agissement Sexiste et harcèlement au travail 22
25. Les violences conjugales 23
26. Escape Game- Risques Psycho-Sociaux (RPS) 23

Santé Mentale

27. Comprendre la santé mentale 26
28. Santé mentale : burn-out, bore-out, brown-out 26
29. Santé mentale : Les émotions 27
30. Santé mentale : la gestion du stress 27

Nos Formations

31. Équipier d'évacuation 30
32. Équipier de première intervention 30
33. Initiation au secourisme 31
34. Défibrillateur automatisé externe (D.A.E) 31
35. Éco-conduite 32
36. Prévention du risque routier 32
37. Référent éveil musculaire 33

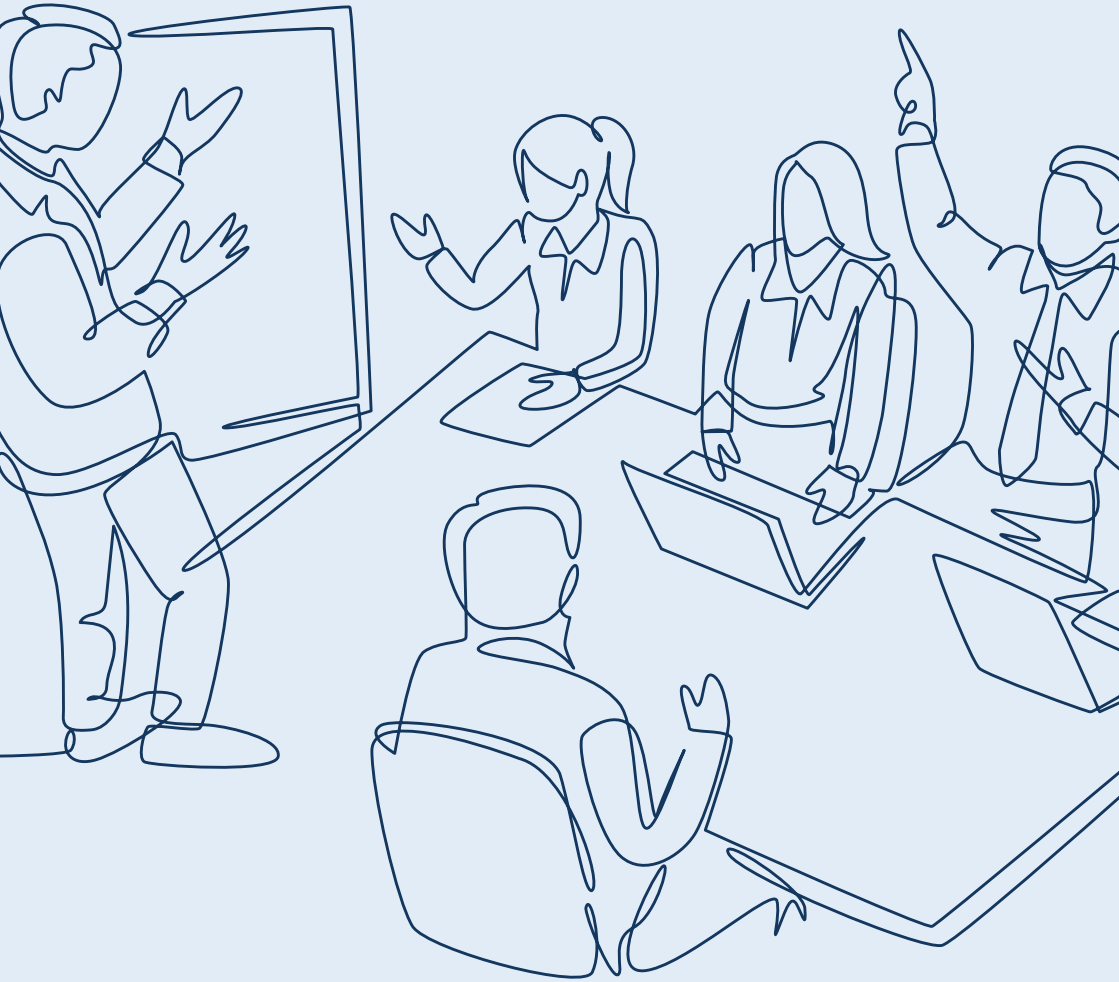
Nos Formations Certifiantes et Payantes

Sauveteur Secouriste au Travail - Formation Initiale (2 jours) 36
Sauveteur Secouriste au Travail - Maintien-Actualisation des Compétences (1 jour) 38

Nos Escape Game

06. Escape Game - Troubles musculo-squelettiques (TMS) 10
20. Escape Game - Bruit 19
21. Escape Game - Risques Chimiques 20
22. Escape Game - Risques Routiers 20
26. Escape Game- Risques Psycho-Sociaux (RPS) 23

Prévention des risques



01

Atelier d'échanges de pratiques sur la prévention des risques

Intervenants : *Préventeur, Personnel Médical*

Programme

- Echanges entre les participants sur des thèmes sécurité et santé au travail
- Questionnement sur les thèmes de la prévention des risques

Date Lieu

→ **Mardi 22 juin 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

Prérequis

→ Avoir participé à un atelier de prévention de l'AIST Béziers

02

Accompagnement à l'élaboration du DUERP

DUERP = Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels

Intervenant : *Préventeur*

Programme

- Attentes, enjeux et réglementation
- Présentation d'un modèle de document unique
- Les clés de l'évaluation : échanges sur des cas pratiques issus de vos problématiques
- Présentation d'outils (logiciel OIRA, OPPBTP, ...)

Dates Lieux

→ **Jeudi 14 janvier 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 22 avril 2027**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mardi 15 juin 2027**
de 10h à 12h
(Bédarieux)

→ **Jeudi 9 septembre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mardi 16 novembre 2027**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants et/ou les représentants fonction sécurité
→ Membres du CSE

03

Prévention des RPS:
Inscrire les RPS dans le DUERP

RPS = Risques Psycho-Sociaux
DUERP = Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels

Intervenants : *Psychologue du travail , Préventeur*

Programme

- Repérer les étapes d'une démarche de prévention
- Identifier les facteurs de risques spécifiques à l'activité et à l'organisation de votre entreprise
- Envisager des actions de prévention adaptées à mettre en œuvre à court et moyen terme

Dates Lieux

→ **Jeudi 1 octobre 2026** de 14h à 16h *(Bédarieux)*
→ **Jeudi 1 avril 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Jeudi 30 septembre 2027** de 14h à 16h *(Bédarieux)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

04

Analyser vos accidents de travail

Intervenants : *Préventeur , Personnel Médical*

Programme

- L'intérêt d'analyser les accidents du travail
- Les 7 grandes étapes
- Présentation de différentes méthodes (5 pourquoi, arbre des causes, ...)
- Exercices pratiques et discussions,

Date Lieu

→ **Mardi 1 juin 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants et/ou son représentant fonction sécurité
→ Membres du CSE

05

Prévenir la désinsertion professionnelle : agir au bon moment

Intervenants : *Représentants de la cellule PDP et ses partenaires*

Programme

Repérer tôt, accompagner mieux, maintenir dans l'emploi.: un temps d'échange concret pour vous aider à :

- Repérer les situations de fragilisation le plus tôt possible
- Prévenir les arrêts prolongés et limiter l'absentéisme
- Préserver les compétences et favoriser le maintien dans l'emploi
- Identifier les bons interlocuteurs et les dispositifs mobilisables

Parce qu'agir tôt, c'est multiplier les possibilités de solutions.

Dates Lieux

→ **Mardi 9 mars 2027**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)
→ **Jeudi 7 octobre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

06

Escape Game Troubles musculo-squelettiques (TMS)

Intervenants : *Préventeur, Personnel Médical*

Programme

- Offrir une activité ludique et interactive en rendant les participants acteurs de leur prévention
- Sensibliser les participants ou leur permettre d'enrichir leurs connaissances sur les Troubles musculo-squelettiques (TMS)
- Renforcer l'esprit coopératif en vivant l'expérience unique d'un jeu d'escape game en équipe.

Dates Lieux

→ à convenir avec vous, contactez-nous à l'adresse:
prevention@aist-beziers.org

Infos pratiques

→ 3 à 6 personnes max.

Public cible

→ Salariés ou dirigeants
→ Membres du CSE

07

Communication non verbale (module 1)

Intervenant : *Formateur*

Programme

- Etre en mesure de décoder les signes, gestes et attitudes de son interlocuteur.
- Comprendre le fonctionnement du corps, des gestes, traduire la posture d'une personne pour mieux appréhender votre communication.

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés
→ Encadrants
→ Membres du CSE

Dates Lieux

→ **Jeudi 26 novembre 2026**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 10 décembre 2026**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mercredi 20 janvier 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Lundi 15 février 2027**
de 10h à 12h
(Bédarieux)

→ **Lundi 8 mars 2027**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 8 avril 2027**
de 14h à 16h
(Tourbes)

→ **Mercredi 19 mai 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 10 juin 2027**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mardi 6 juillet 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mercredi 8 septembre 2027** de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Lundi 18 octobre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mardi 9 novembre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 9 décembre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

08

Communication non verbale (module 2)

Intervenant : *Formateur*

Programme

- Être en mesure d'observer et d'interpréter le non-verbal de façon claire et structurée, en prenant en compte le contexte, la relation avec l'interlocuteur et la succession des gestes pour construire une lecture fiable.

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés
→ Encadrants
→ Membres du CSE

Prérequis

→ Avoir participé au module 1 de la communication non verbale

Dates Lieux

→ **Mercredi 30 septembre 2026** de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mardi 15 décembre 2026**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 4 mars 2027**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mercredi 2 juin 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 2 septembre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Mercredi 1er décembre 2027** de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Prévention des risques spécifiques ou métiers

09

La santé des dirigeants

Intervenants : Psychologue du travail, Préventeur, Personnel Médical, Personnel Administratif

Programme

- Vous savez prendre soin de la santé de votre entreprise mais qui s'occupe de la vôtre ?
- Apport informatif via la présentation d'un dispositif de prévention mis en place par l'observatoire Amarok
- Échanges et débat autour de cette question

Dates Lieux

→ **Mardi 8 décembre 2026** de 14h à 16h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 16 mars 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 7 décembre 2027** de 14h à 16h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 10 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Travailleurs Non Salariés (TNS)
→ Auto entrepreneurs

10

La posture sédentaire au travail

Intervenants : Ergonome, Personnel Médical

Programme

- La posture sédentaire au travail : définition, effets sur la santé et mesures de prévention

Dates Lieux

→ **Jeudi 3 décembre 2026** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 8 juin 2027** de 14h à 16h *(Bédarieux)*
→ **Mardi 14 décembre 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Services Qualité, Hygiène, Sécurité, Environnement (QHSE)
→ Chargés de prévention

11

Risque biologique en entreprise

Intervenant : Personnel Médical

Programme

- Mode de contamination
- Evaluation du risque
- Prévention

Dates Lieux

→ **Mardi 1 décembre 2026** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 30 novembre 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés
→ Membres du CSE

12

Sécurité routière : 1ère cause d'accident du travail mortel

Intervenants : Préventeur
Personnel Médical

Programme

- Sensibiliser au risque routier et à son évaluation
- Actions de prévention dans les entreprises concernant le risque routier (aide à l'intégration du risque routier dans le Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP), plan d'action,...)

Dates Lieux

→ **Mardi 3 novembre 2026** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 2 novembre 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants et/ou les représentants fonction sécurité
→ Membres du CSE

13

Hygiène de vie au travail

Intervenant : Personnel Médical

Programme

- Comprendre le métabolisme ; manger mieux ce n'est pas manger moins
- L'activité physique : conseils pratiques
- Agir sur son sommeil
- Gestion du stress, trucs et astuces

Date Lieu

→ **Mardi 4 mai 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés
→ Encadrants
→ Membres du CSE

14

Santé et sécurité des intérimaires

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Enjeux de la prévention
- Sécurité et santé au travail : qui fait quoi (entreprise utilisatrice/entreprise intérimaire)
- Suivi médical (fiche de liaison, Suivi Individuel / Suivi Individuel Renforcé / Suivi Individuel Adapté, ...)
- Outils de sensibilisation aux risques professionnels

Dates Lieux

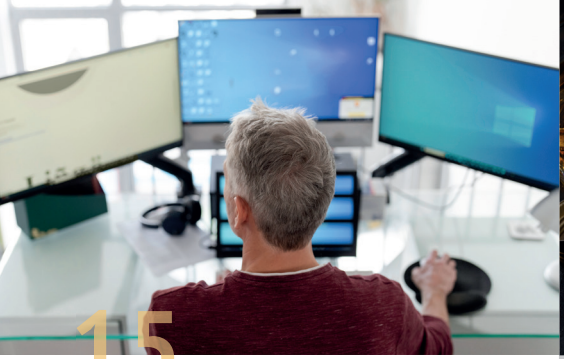
→ **Mardi 6 octobre 2026**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)
→ **Mardi 5 octobre 2027**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants de sociétés d'intérim



15

Travail sur écran : aménagement des postes de travail

Intervenants : Ergonome, Préventeur

Programme

- Travail sur écran : comment aménager les espaces de travail ?
- Conseils et choix du matériel
- Échanges pratiques

Dates Lieux

→ **Mardi 13 octobre 2026** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 12 octobre 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Services QHSE
→ Chargés de prévention

16

Consommation d'alcool, drogues, médicaments : que faire en entreprise ?

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Comment mettre en place une démarche de prévention des consommations en entreprise (par le Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP,) des sensibilisations, ...)
- Aspects règlementaires (responsabilités des acteurs de l'entreprise, mise en place de tests, règlement intérieur, note de service, ...)
- Comment aider et accompagner une personne en difficultée

Dates Lieux

→ **Jeudi 18 mars 2027** de 14h à 16h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 28 septembre 2027** de 10h à 12h *(Bédarieux)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants et/ou les représentants fonction sécurité
→ Membres du CSE

17

Aide à domicile : volet salariés

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Rappel de la réglementation
- Les risques professionnels de l'aide à domicile, la prévention, la communication dans l'entreprise : pourquoi ? Comment ?

Date Lieu
→ **Mardi 20 avril 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques
→ 15 personnes max.

Public cible
→ Les salariés des entreprises de services à la personne (auxiliaire de vie, aide à domicile, assistant(e) de vie,...)

18

Aide à domicile : volet dirigeants et encadrants

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Rappel des obligations réglementaires de l'employeur.
- Les enjeux humains, économiques et organisationnels de la prévention des risques professionnels.
- Le rôle du dirigeant dans la démarche de prévention.
- Les bénéfices de la prévention.
- Échanges de pratiques entre participants.
- Présentation de solutions et découverte de matériels et équipements de prévention.

Date Lieu
→ **Mardi 30 mars 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques
→ 15 personnes max.

Public cible
→ Dirigeants, responsables de secteur, responsables d'agence et encadrants des structures de services à la personne.

19

Repérer et prévenir les risques chimiques

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Escape Game risques chimiques (45 mn)
- Savoir lire une étiquette et une fiche de Données de Sécurité
- Mettre en place une démarche de prévention des risques chimiques
- Présentation de logiciel (SEIRICH, ...)

Date Lieu
→ **Mardi 23 novembre 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques
→ 15 personnes max.

Public cible
→ Dirigeants et/ou les représentants fonction sécurité
→ Membres du CSE

20

Escape Game bruit

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Offrir une activité ludique et interactive en rendant les participants acteurs de leur prévention
- Sensibliser les participants ou leur permettre d'enrichir leurs connaissances sur le risque bruit
- Renforcer l'esprit coopératif en vivant l'expérience unique d'un jeu d'escape game en équipe.

Date Lieu
→ à convenir avec vous, contactez-nous à l'adresse: *prevention@aist-beziers.org*

Infos pratiques
→ 6 personnes max.

Public cible
→ Salariés ou dirigeants exposés au bruit
→ Membres du CSE

21

Escape Game risques chimiques

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Offrir une activité ludique et interactive en rendant les participants acteurs de leur prévention
- Sensibliser les participants ou leur permettre d'enrichir leurs connaissances sur les risques chimiques
- Renforcer l'esprit coopératif en vivant l'expérience unique d'un jeu d'escape game en équipe.

Date Lieu
→ à convenir avec vous, contactez-nous à l'adresse: *prevention@aist-beziers.org*

Infos pratiques
→ 3 à 6 personnes max.

Public cible
→ Salariés ou dirigeants exposés à des produits chimiques
→ Membres du CSE

22

Escape Game risques routiers

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical , Formateur

Programme

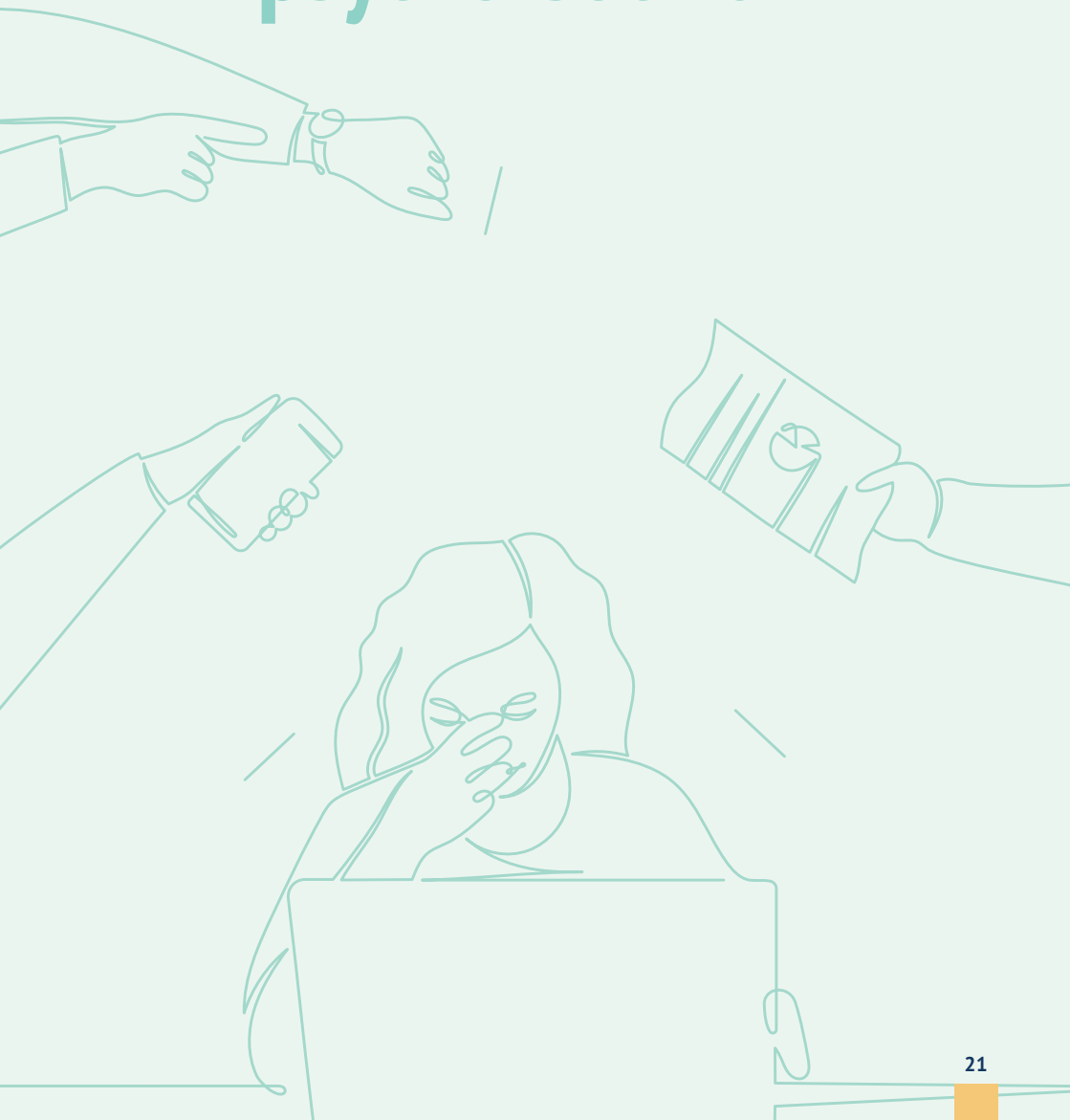
- Offrir une activité ludique et interactive en rendant les participants acteurs de leur prévention
- Sensibliser les participants ou leur permettre d'enrichir leurs connaissances sur les risques routiers.
- Renforcer l'esprit coopératif en vivant l'expérience unique d'un jeu d'escape game en équipe.

Date Lieu
→ à convenir avec vous, contactez-nous à l'adresse: *prevention@aist-beziers.org*

Infos pratiques
→ 3 à 6 personnes max.

Public cible
→ Dirigeants et Salariés

Prévention des risques psycho-sociaux



23

Sensibilisation aux RPS et à la QVCT

RPS = Risques Psycho-Sociaux
QVCT = Qualité de Vie et des Conditions de Travail)

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Définitions, réglementations, facteurs, conséquences sur l'entreprise et ses acteurs, prévention et conseils
- Atelier interactif basé sur les échanges et illustrations par des cas concrets

Dates Lieux

→ **Jeudi 25 mars 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Jeudi 14 octobre 2027** de 14h à 16h *(Tourbes)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

24

Agissement Sexiste et harcèlement au travail

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Harcèlement au travail : de quoi parle-t-on ?
- S'entraîner à reconnaitre des situations de harcèlement au travail
- Connaitre les conditions propices au développement du harcèlement au travail et identifier ses effets
- S'approprier la démarche interne de prévention

Date Lieu

→ À convenir avec l'entreprise (adresse de l'entreprise)

Infos pratiques

→ 10 personnes max
→ Durée: 2h

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés
→ Encadrants
→ Membres du CSE

25

Les violences conjugales

Intervenants : Préventeur et Personnel Médical

Programme

- Définition et statistiques
- Mécanisme de le violence
- Ce que dit la loi
- Les effets sur la victime
- Le rôle de l'entreprise

Dates Lieux

→ **Vendredi 27 novembre 2026** de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)
→ **Vendredi 26 novembre 2027** de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

26

Escape Game RPS
(risque psycho-sociaux)

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Offrir une activité ludique et interactive en rendant les participants acteurs de leur prévention
- Sensibliser les participants ou leur permettre d'enrichir leurs connaissances sur les RPS
- Renforcer l'esprit coopératif en vivant l'expérience unique d'un jeu d'escape game en équipe.

Date Lieu

→ à convenir avec vous, contactez-nous à l'adresse:
prevention@aist-beziers.org

Infos pratiques

→ 3 à 6 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés

Santé Mentale

27

Comprendre la santé mentale

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Identifier les composantes de la santé mentale
- Nommer ses contraintes et ses ressources personnelles
- Reconnaitre les facteurs d'influence du travail sur la santé mentale .
- Atelier interactif

Dates Lieux

→ **Mardi 20 octobre 2026** de 9h30 à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Mardi 19 octobre 2027** de 9h30 à 12h *(Béziers - La Devèze)*

Infos pratiques

→ 10 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

28

Santé Mentale : Burn-out, Bore-out, Brown-out...

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Quelles différences ?
- Mieux comprendre l'épuisement professionnel
- Comment le prévenir (mesures individuelles et collectives) ?

Dates Lieux

→ **Jeudi 4 février 2027** de 14h à 16h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Jeudi 16 septembre 2027** de 10h à 12h *(Bédarieux)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

29

Santé Mentale : Les émotions

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Mieux comprendre les émotions pour une communication constructive
- Adopter un comportement favorable à la santé et au bien être

Dates Lieux

→ **Jeudi 26 novembre 2026** de 13h30 à 16h *(Bédarieux)*
→ **Jeudi 3 juin 2027** de 9h30 à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Jeudi 25 novembre 2027** de 13h30 à 16h *(Bédarieux)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

30

Santé Mentale : la gestion du stress

Intervenants : Psychologue du travail , Préventeur ou Personnel Médical

Programme

- Comprendre les mécanismes du stress et ses effets sur la santé
- Identifier nos signes de stress et ceux des collaborateurs
- S'outiller pour mieux y faire face (mesures collectives et individuelles)

Dates Lieux

→ **Jeudi 11 mars 2027** de 10h à 12h *(Béziers - La Devèze)*
→ **Jeudi 4 novembre 2027** de 14h à 16h *(Tourbes)*

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

Nos Formations

31

Équipier d'évacuation

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Connaître les moyens de protection pour organiser l'évacuation
- Tenir compte du comportement humain

Dates Lieux
→ À convenir avec l'entreprise (adresse de l'entreprise)

Infos pratiques
→ 4 personnes min.
→ 10 personnes max.
→ Durée: 2h

Public cible
→ Personnel des entreprises

Prérequis
→ Être équipier de première intervention

32

Équipier de première intervention

E-Learning

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Connaître le risque et les phénomènes liés à l'incendie
- Choisir l'extincteur adapté au feu à éteindre
- Mettre en œuvre différents types d'extincteurs

Attention !
La validation du e-learning est obligatoire et doit être effectuée au moins 48 heures ouvrées avant la partie pratique; à défaut, l'accès au présentiel ne pourra être maintenu.

Dates Lieux
→ Dates en fonction du nombre d'inscrits (Béziers - La Devèze) (Bédarieux)

Infos pratiques
→ 4 personnes min.
→ 15 personnes max.
→ Théorie en e learning : 20 min
→ Pratique : 1h30

Public cible
→ Personnel des entreprises

33

Initiation au secourisme

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Acquérir les connaissances et modifier le comportement pour éviter le sur accident
- Alerter les secours adaptés
- Exécuter les gestes de premiers secours avec rapidité, efficacité et calme au sein de l'entreprise, afin de préserver l'intégrité physique de la victime en attendant l'arrivée des secours organisés

Dates Lieux
→ Dates en fonction du nombre d'inscrits (Béziers - La Devèze) (Bédarieux) (Tourbes)

Infos pratiques
→ 6 personnes min.
→ 10 personnes max.
→ Durée: 7h

Public cible
→ Personnel des entreprises

34

Défibrillateur automatisé externe (D.A.E)

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Savoir reconnaître une victime en arrêt cardio-ventilatoire
- Pratiquer une réanimation cardio-pulmonaire
- Mettre en place un Défibrillateur Automatisé Externe (D.A.E)

Dates Lieux
→ Dates en fonction du nombre d'inscrits (Béziers - La Devèze) (Bédarieux) (Tourbes)

Infos pratiques
→ 6 personnes min.
→ 10 personnes max.
→ Durée : 3h30

Public cible
→ Personnel des entreprises

35

Éco-conduite

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Savoir réduire sa consommation de carburant, réduire l'impact carbone
- Savoir adopter une conduite apaisée et augmenter la longévité du véhicule

Dates Lieux	→ Dates en fonction du nombre d'inscrits (Béziers - La Devèze) (Bédarieux) (Tourbes)
Infos pratiques	1ère partie : → 4 pers. min./12 pers. max. → Durée: 3h 2ème partie : → 6 pers. groupe/jour → Durée: 1h
Public cible	→ Toutes les personnes susceptibles d'utiliser un véhicule routier pour des déplacements professionnels
Prérequis	→ Avoir le permis B → Avoir participer en amont à l'atelier « prévention du risque routier »

36

Prévention du risque routier

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Sensibiliser le personnel aux risques liés à la circulation routière afin de réduire les accidents de circulation de l'entreprise

Dates Lieux	→ Dates en fonction du nombre d'inscrits (Béziers - La Devèze) (Bédarieux)
Infos pratiques	→ 5 personnes min. → 15 personnes max. → Durée : 2h
Public cible	→ Toutes les personnes susceptibles d'utiliser un véhicule routier pour des déplacements professionnels / trajets domicile/travail.

37

Référent éveil musculaire

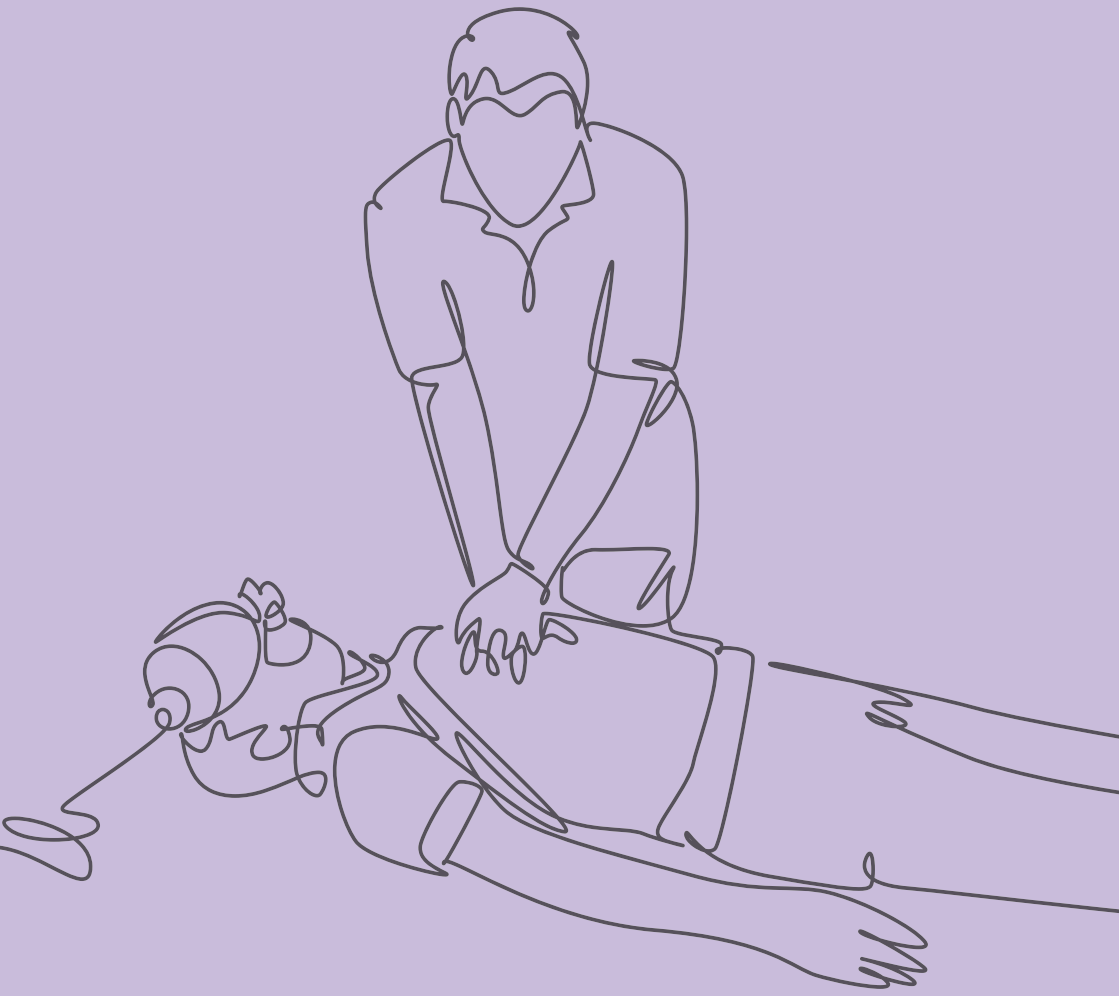
*Contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

- Préparer une séance d'éveil musculaire
- Notions élémentaires d'anatomie et physiologie
- Acquérir les méthodes pédagogiques

Dates Lieux	→ À convenir avec l'entreprise (Béziers - La Devèze) (Bédarieux) (Tourbes)
Infos pratiques	→ 2 personnes min. → 8 personnes max. Sur deux jours : → 1 jour de face à face pédagogique → 1 jour de coaching sur site
Public cible	→ Tout salarié désireux de contribuer à la démarche de prévention des T.M.S.

Nos Formations Certifiantes



Sauveteur Secouriste au Travail

CERTIFIANTE

MON PASSEPORT PRÉVENTION

Formation Initiale de 2 jours

Objectif

- Former des salariés capables d'intervenir rapidement et efficacement face à une situation d'accident du travail ou de malaise, en attendant l'arrivée des secours spécialisés.
- Contribuer activement à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise

.

Programme

1. Situer son rôle de SST :

- Connaître le cadre juridique de son intervention.
- Identifier les acteurs internes et externes de la prévention et du secours.

2. Protéger et prévenir :

- Savoir repérer les situations dangereuses sur le lieu de travail.
- Mettre en œuvre des actions de protection adaptées pour éviter l'aggravation du danger.
- Supprimer ou isoler le danger immédiat.

3. Examiner la victime

- Identifier rapidement l'état de la victime (consciente/inconsciente, respire/ne respire pas).
- Déterminer les gestes adaptés à la situation.

Programme (suite)

4. Alerter ou faire alerter :

- Connaître les procédures d'alerte internes et externes.
- Transmettre efficacement les informations nécessaires aux secours (qui ? quoi ? où ? combien ? comment ?).

5. Secourir :

Réaliser correctement les gestes de premiers secours adaptés à la situation

- Hémorragie externe
- Obstruction des voies aériennes
- Perte de connaissance
- Arrêt cardiorespiratoire (mise en œuvre de la réanimation cardio-pulmonaire et défibrillateur)
- Malaise
- Plaies, brûlures, traumatismes (os, articulations)

6. Participer à la prévention des risques professionnels :

- Repérer des situations à risques dans son activité quotidienne.
- Proposer des pistes d'amélioration pour éviter la réitération d'accidents.

Infos pratiques

Entre 4 et 10 personnes par session

Public cible

Les salariés des entreprises adhérentes à l'AIST Béziers

Validation

Remise d'un diplôme de certification de Sauveteur Secouriste du Travail (SST)

Tarif : 230 € par personne

Votre formation SST peut être subventionnée par l'Assurance Maladie : pensez à faire la demande !

*Pour plus d'informations, contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Dates

Ces sessions se dérouleront à notre centre de Béziers - La Devèze au 19 avenue Jean Foucault à Béziers pendant deux journées de 8h à 16h30

- **Mercredi 18 et Jeudi 19 novembre 2026**
- **Mercredi 16 et Jeudi 17 décembre 2026**
- **Mercredi 27 et Jeudi 28 janvier 2027**
- **Mardi 23 et Mercredi 24 février 2027**
- **Mardi 23 et Mercredi 24 mars 2027**
- **Mardi 27 et Mercredi 28 avril 2027**
- **Mercredi 26 et Jeudi 27 mai 2027**
- **Mercredi 16 et Jeudi 17 juin 2027**
- **Lundi 13 et Mardi 14 septembre 2027**
- **Lundi 25 et Mardi 26 octobre 2027**
- **Mercredi 17 et Jeudi 18 novembre 2027**
- **Mercredi 15 et Jeudi 16 décembre 2027**

Sauveteur Secouriste au Travail

CERTIFIANTE

MON PASSEPORT PRÉVENTION

Maintien-Actualisation des Compétences (MAC) de 1 jour

Objectif

- Maintenir les compétences opérationnelles du salarié en tant que Sauveteur Secouriste du Travail.
- Actualiser les connaissances relatives aux conduites à tenir en cas d'accident et aux évolutions en prévention des risques professionnels.
- Vérifier la maîtrise des gestes de secours afin d'assurer une réponse efficace et sécurisée en entreprise.

Programme

1. Réactualiser ses connaissances :

- Revoir le rôle et le cadre d'intervention du SST.
- Intégrer les nouveautés réglementaires, techniques ou organisationnelles.

2. Renforcer la prévention :

- Réactualiser ses connaissances sur la prévention des risques dans son entreprise.
- Identifier les évolutions ou nouveaux risques apparus depuis la dernière formation.

Programme (suite)

3. Réviser les conduites à tenir en cas d'accident :

- Réviser les étapes : protéger, examiner, alerter, secourir.
- Consolider la maîtrise des gestes essentiels : hémorragie, obstruction des voies aériennes, perte de connaissance, arrêt cardiaque avec DAE, malaise, traumatismes, brûlures, plaies.

4. S'entraîner sur des mises en situation pratiques :

- Réaliser des exercices concrets pour tester la réactivité et l'efficacité.
- Analyser les pratiques pour améliorer la performance et la sécurité.

5. Évaluer et valider la compétence :

- Vérifier la capacité du participant à intervenir efficacement.
- Maintenir la validité du certificat SST pour 24 mois.

Infos pratiques	Entre 4 et 10 personnes par session
Public cible	Les salariés des entreprises adhérentes à l'AIST Béziers détenteurs d'une certification de Sauveteur Secouriste du Travail (SST)
Validation	Renouvellement du certificat SST pour 24 mois.

Tarif : 135 € par personne

Votre formation SST peut être subventionnée par l'Assurance Maladie : pensez à faire la demande !

*Pour plus d'informations, contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

Dates

Ces sessions se dérouleront à notre centre de Béziers - La Devèze au 19 avenue Jean Foucault à Béziers pendant une journée de 8h à 16h30

- **Jeudi 15 octobre 2026**
- **Lundi 23 novembre 2026**
- **Mercredi 9 décembre 2026**
- **Mardi 19 janvier 2027**
- **Jeudi 18 février 2027**
- **Mercredi 17 mars 2027**
- **Mercredi 21 avril 2027**
- **Mercredi 5 mai 2027**
- **Lundi 28 juin 2027**
- **Mercredi 22 septembre 2027**
- **Jeudi 21 octobre 2027**
- **Lundi 22 novembre 2027**
- **Mercredi 8 décembre 2027**

Atelier d'entraînement aux gestes de premiers secours en entreprise

½ journée (3 h 30)

INCLUS DANS VOTRE COTISATION

Objectif

- Permettre aux participants de mettre en pratique leurs connaissances en premiers secours à travers des simulations d'accidents réalisées dans les locaux de l'entreprise et adaptées aux risques liés à leur activité.

Programme

- Briefing et présentation des scénarios.
- Simulations d'accidents en conditions réalistes.
- Débriefing après chaque mise en situation.
- Partage des bonnes pratiques et axes d'amélioration.
- Scénarios personnalisés selon les risques de l'entreprise.
- Entraînement dans l'environnement de travail réel.
- Pédagogie active basée sur la pratique.
- Développement des automatismes et de la confiance en intervention

Programme (suite)

À travers ces exercices, les participants développent :

- leur capacité à garder leur sang-froid ;
- leur rapidité d'analyse ;
- leur confiance dans leurs gestes ;
- leur coordination avec les autres intervenants ;
- leur adaptation aux contraintes réelles du terrain

Infos pratiques

Entre 4 et 10 personnes par session

Public cible

Sauveteurs Secouristes du Travail (SST) souhaitant entretenir leurs compétences et renforcer leurs réflexes d'intervention

*Pour plus d'informations, contactez notre formateur, Roland Bonal :
Tél : 04 67 09 29 41
Mail : formation@aist-beziers.org

E-LEARNING

Formez-vous à votre rythme, quand vous le souhaitez, grâce à **nos 14 modules de E-learning interactifs en prévention santé travail.**

Que vous soyez débutant ou confirmé, chaque module vous accompagnera pas à pas vers **la maîtrise de nouveaux savoirs essentiels.**

Evaluation du risque | Addictions | Risques Psycho-Sociaux

Bruit | Equipier Première Intervention (E.P.I) | Risque routier

Pour tester nos modules de e-learning

Flashez le QR Code !

TESTEZ NOTRE CHATBOT !

LA PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL

ACCESSIBLE 24H/24, 7J/7.

Besoin d'une information rapide sur la prévention ou la santé au travail ?

L'AIST Béziers vous propose d'utiliser son chatbot, un assistant en ligne **disponible 24h/24 et 7j/7** directement accessible sur notre site internet :

- Posez vos questions simplement ;
- Trouvez rapidement les bonnes informations ;
- Soyez orienté vers les bons services.

Nos sensibilisations sur mesure

Nos ateliers et formations directement au sein de votre entreprise

Vous souhaitez mobiliser vos équipes directement dans vos locaux ? Tous les ateliers présentés dans ce catalogue sont déclinables dans votre entreprise.

100 % personnalisé
Adapté à vos risques & métiers

Sur site, à votre rythme
Formats flexibles, zéro déplacement

Culture de Prévention
Échange, pratique & cohésion

Inclus dans votre cotisation
Aucun surcoût

Vous avez un projet ou souhaitez organiser un évènement dédiée à la prévention dans votre entreprise ?

Contactez le secrétariat prévention :
04 67 09 70 91
prevention@aist-beziers.org

Votre projet en 4 étapes

Ecoute & Diagnostic

Ciblage de vos enjeux et de vos contraintes.

Conception

Sélection des thématiques, choix des formats *(ateliers, escape games)*

Intervention

Sensibilisation réalisée directement dans vos locaux

Restitution

Bilan pour enrichir votre démarche de prévention continue.

Pour plus d'informations

Contactez le secrétariat prévention :

Tél. : 04 67 09 70 91
E-mail : *prevention@aist-beziers.org*

- Les dates, heures et lieux d'ateliers planifiés à l'avance peuvent être emmenés à être modifiés,
- En cas de changements vous serez informés par mail.
- D'autres dates d'ateliers peuvent être ajoutées en cours d'année, nous vous invitons à consulter régulièrement notre agenda disponible sur notre site internet

www.aist-beziers.org/agenda

MON PASSEPORT PRÉVENTION

Certains ateliers de prévention et formations de ce catalogue peuvent être éligibles au Passeport Prévention.

Ce dispositif, vous permet de tracer les formations en santé et sécurité au travail suivies par vos salariés au sein de votre entreprise.

Pour plus d'informations:
https://passeport-prevention.travail-emploi.gouv.fr/

Gardons le contact

Pour tout conseil concernant votre santé au travail, vous pouvez vous adresser à votre médecin du travail ou à l'infirmière en santé au travail sur l'un de nos sites de l'Ouest Hérault.

Béziers Nord – Siège Social Clémenceau
79, avenue Georges Clémenceau BP 40080 - 34502 Béziers cedex

Tél. : 04 67 09 27 70

Béziers Est –La Devèze
19, avenue Jean Foucault - ZI. BP 40080 - 34502 Béziers cedex

Tél: 04 67 09 29 46

Béziers Ouest – Colombiers
3CA - ZAE Cantegals -
1, rue des anciennes carrières
34440 Colombiers

Tél. : 04 67 35 83 40

Agde
Centre médical Vitalis
2, rue Dr Schweitzer - Route de Rochelongue - 34300 Agde

Tél. : 04 67 01 69 50

Tourbes
Zone Plein Sud, Chem. de Conas, RD39 E5 – Bâtiment C - 1er étage, 34120 Tourbes

Tél. : 04 67 09 27 70

Bédarieux
14, rue Aristide Cavaillé Coll - PRAE Cavaillé Coll - 34600 Bédarieux

Tél. : 04 48 44 01 50

www.aist-beziers.org

AIST PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL Béziers

AIST
PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL
Béziers

SCANNEZ-MOI POUR DONNER VOTRE AVIS !

En tant qu'adhérent, votre avis compte pour améliorer nos services.
Merci pour votre participation.

Les informations recueillies via ce questionnaire sont totalement anonymes et traitées par l'AIST BÉZIERS COEUR D'HÉRAULT en qualité de responsable de traitement. Elles font l'objet d'un traitement informatisé et d'amélioration. Ces données sont conservées par l'AIST BÉZIERS COEUR D'HÉRAULT pour une durée de 3 ans.