

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 : 1 ^{ère} 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



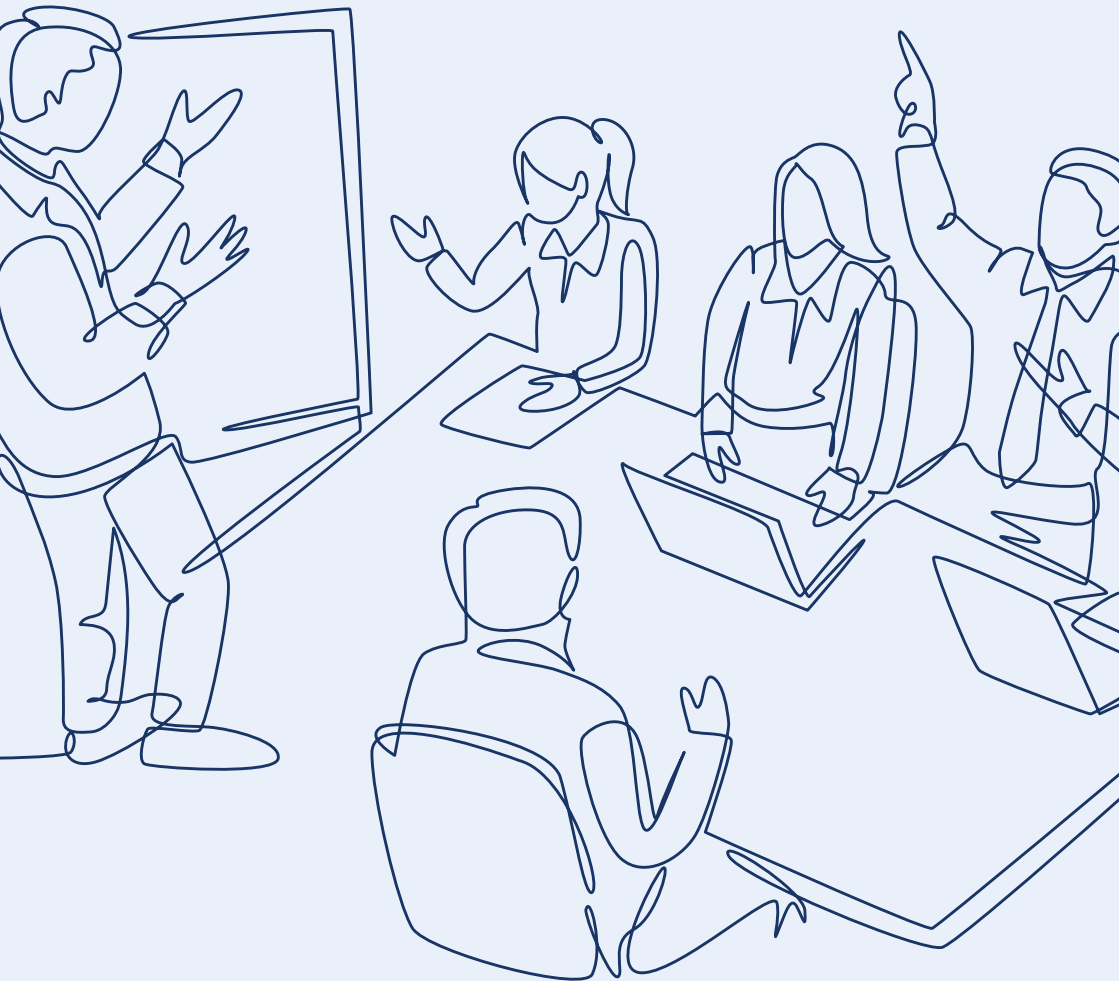
Sauveteur Secouriste au Travail - Formation Initiale (2 jours)	36
Sauveteur Secouriste au Travail - Maintien-Actualisation des Compétences (1 jour)	38

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, ...)

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

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



**Dates
Lieux**

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

→ **Judi 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'Évaluation 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)

→ **Judi 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
- Sensibiliser 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

- Être 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)

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

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

→ **Judi 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 : 1^{ère} 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 difficulté

☑ Dates Lieux

→ **Judi 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
- Sensibiliser 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
- Sensibiliser 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
- Sensibiliser 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

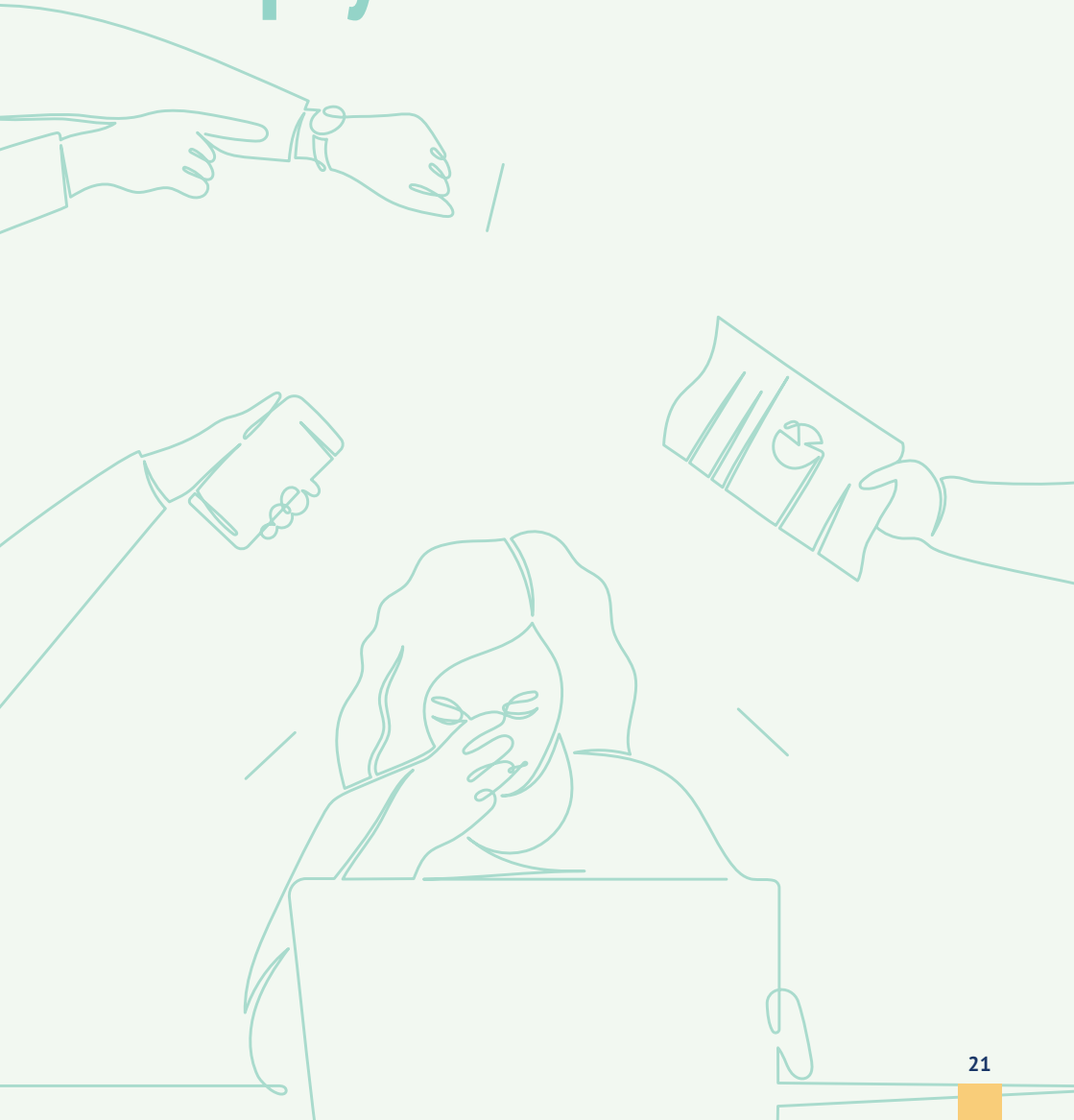
Infos pratiques

→ 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 reconnaître des situations de harcèlement au travail
- Connaître 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 la 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
- Sensibiliser 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
- Reconnaître 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

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

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

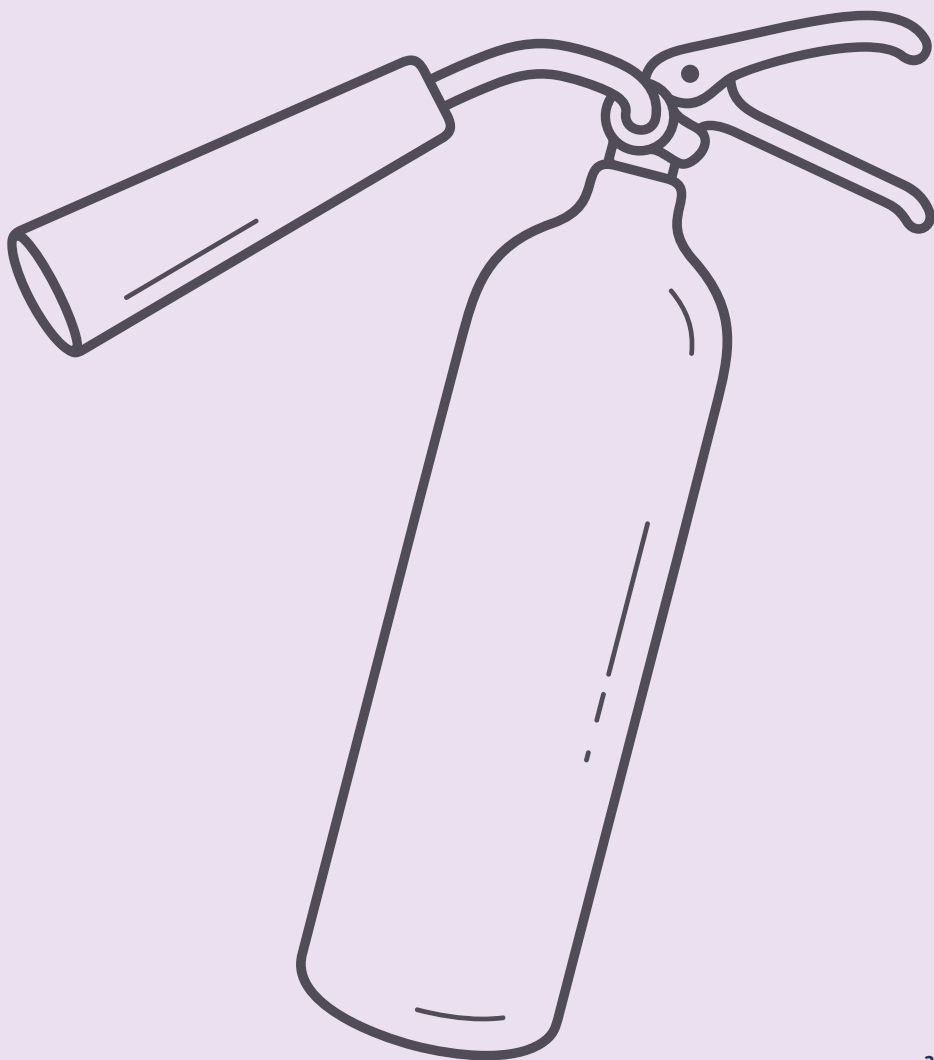
👤 Infos pratiques

→ 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

*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

1^{ère} partie :
→ 4 pers. min./12 pers. max.
→ Durée: 3h
2^{ème} 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.



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

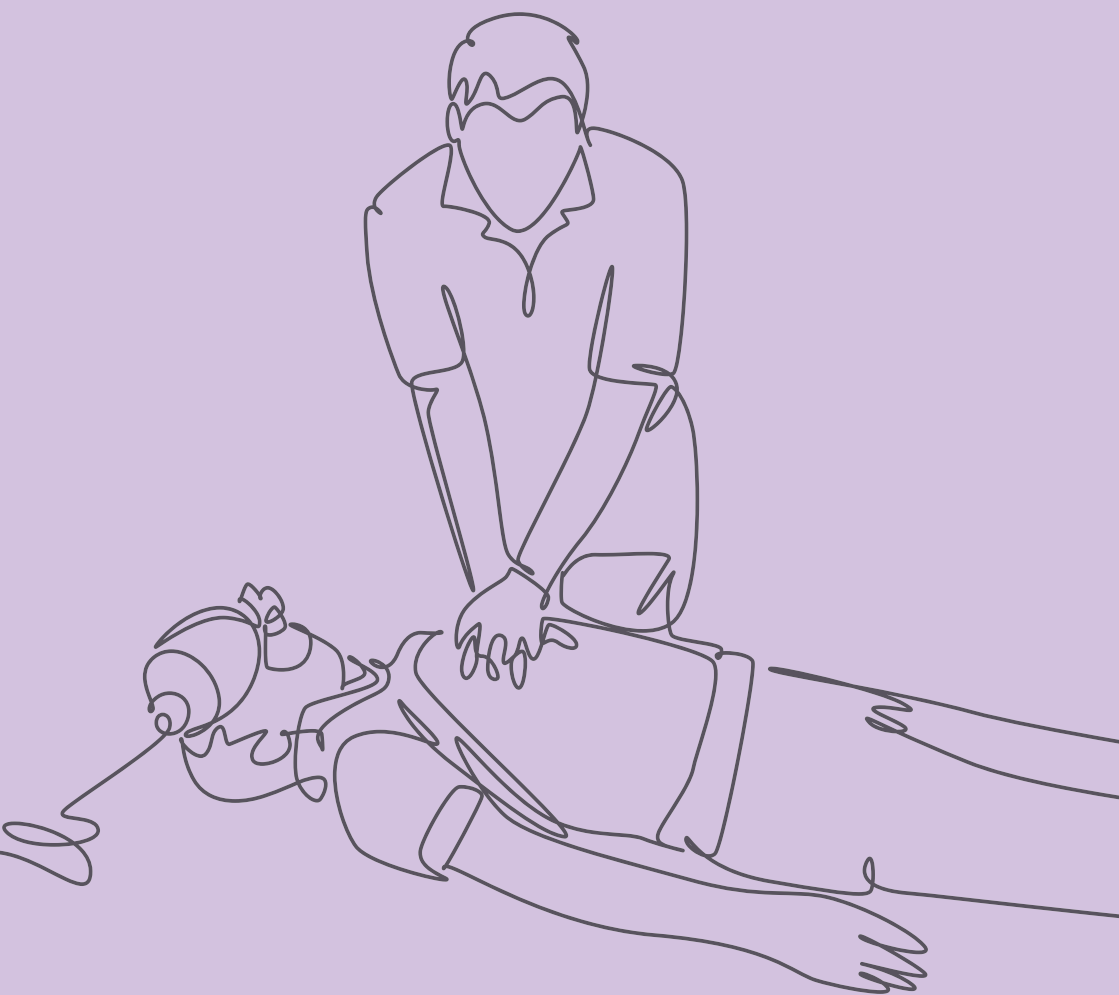
→ 2 personnes min.
→ 8 personnes max.
Sur deux jours :
→ 1 jour de face à face
pédagogique
→ 1 jour de coaching
sur site



Public cible

→ Tout salarié désireux
de contribuer à
la démarche de
prévention des T.M.S.

Nos Formations Certifiantes



Sauveteur Secouriste au Travail



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 !

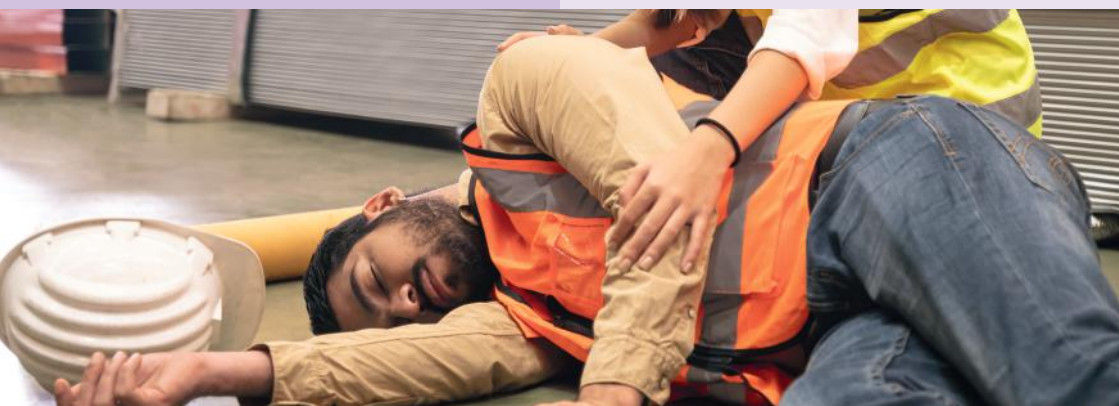


Dates

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

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



Sauveteur Secouriste au Travail



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 !



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**

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



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 !

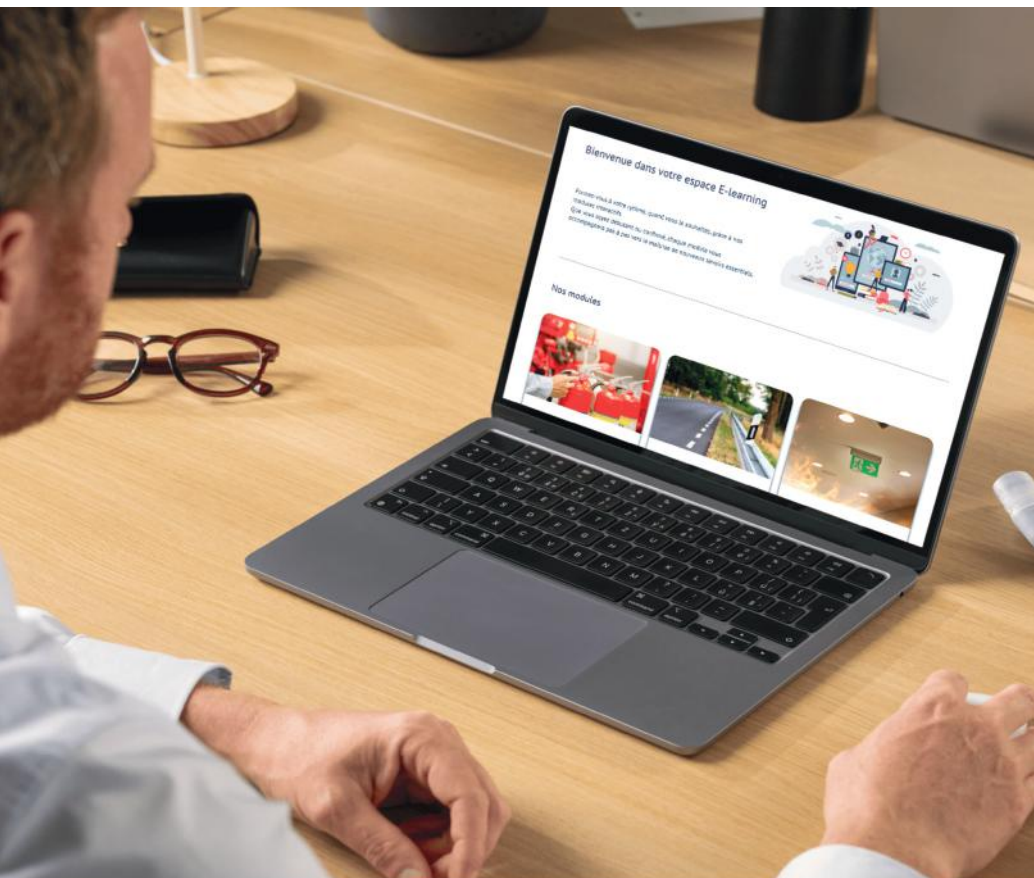


TESTEZ NOTRE CHATBOT !

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 événement
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.



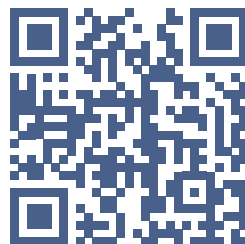
Pour plus d'informations

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



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

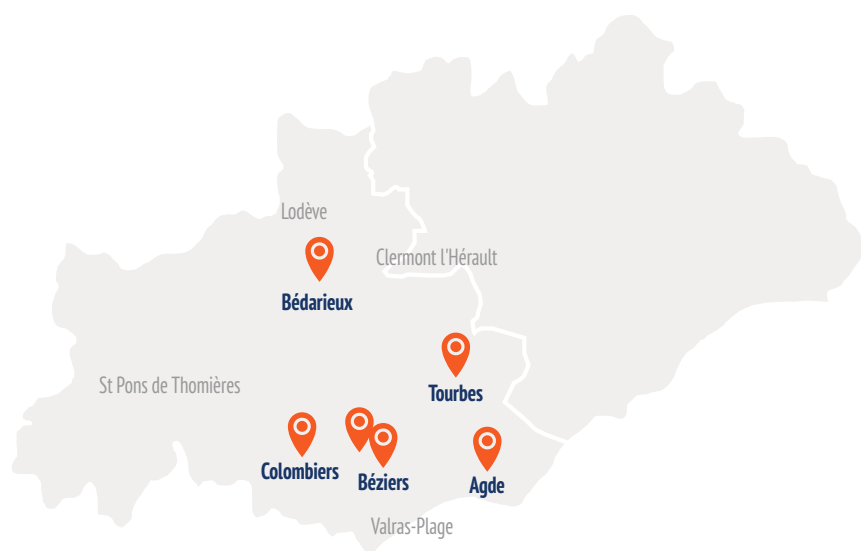
Ce dispositif, vous permet de tracer les formations en santé et sécurité au travail suivies par vos salariés au sein de votre entreprise.

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 - 1^{er} 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

SCANNEZ-MOI POUR
DONNER VOTRE AVIS !



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