

3 - PRESENTATION DES FORMATIONS QHSE

Législation

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE1	Législation et réglementation HSE	3	<ul style="list-style-type: none"> Recensement des textes réglementaires applicables Evaluation du niveau de conformité aux exigences applicables dans votre lieu de travail Aide à la décision pour la priorisation des actions de mise en conformité Veille réglementaire
HSE2	Organisation et acteurs de la prévention	3	<ul style="list-style-type: none"> Identification des acteurs de la prévention Réponse aux exigences légales en matière d'organisation Aide à la mise en forme d'organisation efficace répondant aux attentes de l'entreprise
HSE3	Formation des membres du CHS	3 à 5	<ul style="list-style-type: none"> Etre en conformité avec les textes réglementaires Veiller à la promotion de la sécurité et environnement au sein de l'entreprise Participer aux actions préventives
HSE4	Sécurité et législation des ERP et des IGH	2	<ul style="list-style-type: none"> Maîtriser la législation relative à la sécurité des installations classées

Situations d'intervention d'urgence

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE5	Exposition au risque d'explosion sur le lieu de travail « ATEX »	3	<ul style="list-style-type: none"> Récupérer et évaluer les zones à risques d'explosion Organiser la mise en œuvre de la réglementation et se protéger
HSE6	Sécurité interne /plan d'urgence	3	<ul style="list-style-type: none"> Etre sensibilisé sur la nécessité de disposer d'un plan d'urgence Apprendre à élaborer un plan d'urgence Savoir identifier et définir les moyens et actions à entreprendre dans une situation d'urgence
HSE7	Risques incendie: lutte et prévention (théorie et pratique)	3	<ul style="list-style-type: none"> Connaître les phénomènes de naissance et de développement du feu. Connaître les règles de base de la prévention incendie et savoir choisir un moyen d'extinction approprié
HSE8	Secourisme : conduite à tenir en cas d'accidents	3	<ul style="list-style-type: none"> Préparer les stagiaires à l'urgence: Savoir maîtriser la situation d'urgence et assister le ou les blessés par la pratique des premiers soins jusqu'à ce que les secours médicaux prennent la relève
HSE9	La détection incendie en zone à risque d'explosion (ATEX)	2	<ul style="list-style-type: none"> Identifier le cadre réglementaire des zones à risque d'explosion Identifier le matériel de détection incendie adapté à ces zones Identifier les contraintes de mise en œuvre de ces matériels

Gestion des risques

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE10	Plan HS	3	<ul style="list-style-type: none"> Respect de la législation en vigueur Elaboration, mise en œuvre et suivi du Plan d'Hygiène et Sécurité
HSE11	Risques travaux en hauteur : port du harnais de sécurité	2	<ul style="list-style-type: none"> Connaître les règles générales de sécurité lors de travaux en hauteur Connaître les différents équipements de sécurité Maîtriser les techniques et l'utilisation des équipements Acquérir les différentes techniques de vérification et entretien du matériel
HSE12	Travaux en hauteur	2	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir les connaissances techniques pour évoluer en toute sécurité sur : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pylônes, mats pour maintenance et installation ➤ Toitures pentes et terrasses ➤ façades d'immeubles, châteaux d'eau
HSE13	Réaliser et formaliser l'analyse des risques en ERP et IGH	3	<ul style="list-style-type: none"> Etre capable d'analyser les situations à risque lors de l'exploitation et des travaux en établissement recevant public (ERP) et un immeuble de grande hauteur
HSE14	Radioprotection	3	<ul style="list-style-type: none"> Fournir des pratiques de travail sûres permettant de maîtriser les dispositifs émetteurs de radiations et de limiter l'exposition du personnel à un niveau acceptable
HSE15	Risques électriques	2	<ul style="list-style-type: none"> Fournir une sensibilisation sur la sécurité électrique, Développer une compréhension sur les dangers électriques, Conseiller sur les mesures préventives et les procédures à mettre en place pour éviter tout choc électrique accidentel.
HSE16	Habilitation électrique	3	<ul style="list-style-type: none"> La connaissance des règles de sécurité électrique (personne habilitée) La connaissance des règles de l'art du métier d'électricien et des textes normatifs s'appliquant aux installations électriques (personne qualifiée). Conseiller sur les mesures préventives et les procédures à mettre en place pour éviter tout choc électrique accidentel
HSE17	Evaluer et prévenir les risques liés aux matières dangereuses	3	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les risques présentés par les matières dangereuses dans une entreprise Connaître les sources d'information sur les produits chimiques Identifier les réglementations applicables (code du travail, code de l'environnement)
HSE18	Techniques d'analyse des accidents et incidents.	5	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir et maîtriser les outils d'analyse des accidents
HSE19	Manutention manuelle et TMS	2	<ul style="list-style-type: none"> Cette formation vise l'acquisition des techniques de manutention manuelle en appliquant les bons gestes et les bonnes postures lors de l'accomplissement des tâches quotidiennes

Sureté interne

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE20	Sureté interne Agents et chefs de groupe	5 à 10	<ul style="list-style-type: none"> Maîtriser les techniques d'accueil et les enregistrements Maîtriser les bonnes pratiques de rondes et de surveillance Identifier les situations à risques et prendre les mesures correspondantes Identifier et définir les moyens et actions à entreprendre dans une situation d'urgence



Systèmes de management Qualité

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE21	SMQ ISO 9001	3	<ul style="list-style-type: none">Prendre connaissance des éléments de la spécification ISO 9001 version 2008.Savoir comment mettre en relief les aspects pratiques permettant l'efficacité de sa mise en œuvre.Comprendre les étapes de l'implantation du système de management de la qualité.
HSE22	Animer la qualité	3	<ul style="list-style-type: none">Résoudre et anticiper les problèmes dans un esprit d'amélioration continueMaîtriser efficacement le processus de communication dans le cadre du SMQ
HSE23	Auditeur de système ISO 9001	3	<ul style="list-style-type: none">Acquérir les connaissances nécessaires pour réaliser un audit conforme aux lignes directrices de la norme ISO 19011 et aux principes
HSE24	Management des risques selon les normes ISO 31000	3	<ul style="list-style-type: none">Assimiler les principes et les lignes directrices de la norme
HSE25	Les permis de travail	2	<ul style="list-style-type: none">1. Les différents types de permis de travail, procédure de gestion des permis et archivage
HSE26	Normes ISO 50001 concernant la maîtrise énergétique.	5	<ul style="list-style-type: none">Piloter une gestion durable de l'énergie, Identifier les axes d'amélioration et de réduction des coûts, acquérir des outils pour mettre en place en système de management de l'énergie

Santé, sécurité du travail

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE27	SMS / OHSAS 18001	3	<ul style="list-style-type: none">Identifier le référentiels OHSAS 18001,Comprendre les principes de Management de la Santé / Sécurité du travail,Cerner les fondements de la construction d'un système de Management Santé, Sécurité du travail,
HSE28	Animer la sécurité	3	<ul style="list-style-type: none">Promouvoir la sécurité au quotidien dans l'entrepriseSuivre en permanence les actions sécuritéMaîtriser efficacement le processus de communication, notamment dans le cadre du SMS
HSE29	Audit interne sécurité	3	<ul style="list-style-type: none">Auditer un système de management de la sécuritéEvaluer les risques professionnels aux postes de travail et les réduire

Environnement

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE30	SME/ ISO 14001	3	<ul style="list-style-type: none">Prendre connaissance des éléments de la spécification ISO 14001.Savoir comment mettre en relief les aspects pratiques permettant l'efficacité de sa mise en œuvre.Comprendre les étapes de l'implantation du système de management de la qualité.Maîtriser les aspects environnementaux et les coûts induits.



ROYAL SCHOOL

HSE31	L'analyse environnementale	3	<ul style="list-style-type: none"> Mettre en œuvre la méthodologie et les outils de l'analyse environnementale permettant d'élaborer le programme de management environnemental
HSE32	Gestion des déchets	2	<ul style="list-style-type: none"> Identifier et classer les déchets. Connaître les risques liés à la manipulation, au stockage et au transport des déchets dangereux Maîtriser la réglementation applicable aux déchets et particulièrement les déchets spéciaux dangereux. Identifier les filières de traitement des déchets.
HSE33	Se familiariser avec la gestion de l'environnement	2	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir les principes fondamentaux de la gestion de l'environnement Identifier et caractériser les différents risques générés par une entreprise Identifier les réglementations applicables en matière d'environnement et les obligations qui en sont issues
HSE34	Etudes d'impact et études de danger	4	<ul style="list-style-type: none"> Identifier et caractériser les différents risques générés par une entreprise (risques chroniques et accidentels) sur son environnement (milieux naturels, personnes et biens) Proposer des mesures de préventions permettant de diminuer ces risques et des moyens de protection permettant de limiter leurs conséquences
HSE35	Le développement durable	2	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les enjeux et impératifs du développement durable Identifier les étapes de mise en œuvre de la démarche
HSE36	Conjuguer développement durable et gestion des risques	3	<ul style="list-style-type: none"> Comparer les concepts de développement durable et de gestion des risques Apprendre à conjuguer développement durable et gestion des risques dans son entreprise
HSE37	Effectuer votre diagnostic initial développement durable	2	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir un guide d'évaluation performant facile à mettre en œuvre Identifier les enjeux prioritaires de votre entreprise en matière de développement durable Initier votre démarche développement durable sur des bases solides
HSE38	Découvrir et maîtriser les fondamentaux de la responsabilité sociale (ISO 26000)	2	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les domaines fondamentaux de la responsabilité sociale Acquérir une vision synthétique des points saillants de l'ISO 26000

Système de management intégré

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE39	Mise en place d'un SMI	3	<ul style="list-style-type: none"> Optimiser l'intégration des systèmes de management, en s'appuyant sur les analogies et différences entre les normes qualité, sécurité et environnement.
HSE40	Audit QSE	2	<ul style="list-style-type: none"> Auditer un système de management intégré QSE Identifier les aspects particuliers de la méthode d'audit à appliquer pour l'audit d'un SMI QSE

Outils de management

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE41	Evaluations des risques professionnels	3	<ul style="list-style-type: none"> Apprendre les techniques d'évaluation du risque et les mesures préventives pour éliminer ou atténuer sa probabilité et sa gravité Identifier les risques des activités et mettre en place les mesures de contrôle Préparer un plan d'action
HSE42	ANALYSE DES ACCIDENTS DE TRAVAIL PAR LA METHODE DE L'ARBRE DES CAUSES	3	<ul style="list-style-type: none"> L'accident du travail : un phénomène coûteux Le champ des conditions de travail : Aspects législatifs et réglementaires Analyse psychologique et ergonomique du travail, Les modèles de traitement des accidents du travail, L'accidents du travail : symptôme de dysfonctionnement des systèmes de travail Analyse des accidents par la méthode de l'arbre des causes, Construire et exploiter des arbres des causes Elaborer une démarche de prévention : modes d'action et gestion la sécurité Démarche de prévention et démarche ergonomique
HSE43	AMDEC	3	<ul style="list-style-type: none"> Analyse des Modes de Défaillances ,de leurs Effets et de leur Criticité Améliorer les produits et procédés de l'entreprise grâce à la méthodologie AMDEC
HSE44	Maitriser la méthode HAZOP	3	<ul style="list-style-type: none"> Connaître les étapes de préparation, d'analyse et de suivi d'une étude HAZOP Comprendre le rôle et les responsabilités de l'animateur et des participants à l'étude HAZOP
HSE45	Analyse et coûts d'accidents	3	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre la nécessité d'une enquête Apprendre la démarche et les techniques d'enquête Etablir un plan d'action après un accident
HSE46	Identification des risques management et leur impacts	2	<ul style="list-style-type: none"> Développer un comportement proactif d'anticipation et de management des risques , Mettre en œuvre les outils de prévention et de management de risques
HSE47	Les permis de travail	2	<ul style="list-style-type: none"> Les différents types de permis de travail, procédure de gestion des permis et archivage

Sécurité des aliments

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE48	Norme ISO 22000	3	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir les bases relatives à la maitrise de la sécurité alimentaire afin de se conformer à La norme internationale ISO 22000 et aux références spécifiques :HACCP
HSE49	HACCP	3	<ul style="list-style-type: none"> Analyser et réduire les risques liés à l'hygiène et à la sécurité des aliments
HSE50	HYGIENE ALIMENTAIRE	5	<ul style="list-style-type: none"> Permettre au personnel de cuisine d'acquérir les capacités nécessaires pour organiser et gérer leurs activités dans des conditions d'hygiène appropriées et conformes aux exigences de la réglementation et permettant la satisfaction du client. Connaître les notions de base de microbiologie. Comprendre les origines des contaminations des aliments et les conséquences. Maitriser les bonnes pratiques d'hygiène à mettre en œuvre
HSE51	Hygiène & Sécurité Des Denrées Alimentaire	5	<ul style="list-style-type: none"> Permettre au personnel de cuisine d'acquérir les capacités nécessaires pour organiser et gérer leurs activités dans des conditions d'hygiène appropriées et conformes aux exigences de la réglementation Maitriser les bonnes pratiques d'hygiène à mettre en œuvre en cuisine collective

Ambiances et conditions de travail

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE52	Bruit et audition	3	<ul style="list-style-type: none"> • Connaissances relatives aux Aspects législatifs et réglementaires nationaux et internationaux • Connaissances et diagnostic des ambiances sonores au travail et conséquences : maladies professionnelle (surdité), fatigue auditive, stress et conséquences cardiovasculaires... • Aménagement et recommandation : approches normative et ergonomique • Comment concevoir et aménager efficacement un poste : situation de travail à exigences sonores fortes. • Métrologie des ambiances sonores (sonométrie, carte de bruit, dosimétrie)
HSE53	Travail sur Ecran informatique/ vision/ Ergonomie	3	<ul style="list-style-type: none"> • Connaissances relatives aux Aspects législatifs et réglementaires nationaux et internationaux • Nouvelles réglementations nationales et européennes sur l'éclairage (postes de travail/locaux) • Connaissances et diagnostic du Travail sur écran informatique et vision/Fatigue visuelle. • Travail et exigences visuelles / vision / corrections optiques • Aménagement et recommandation : approches normative et ergonomique pour une vision confortable et efficace • Comment concevoir et aménager efficacement un poste de travail informatique • Métrologie des ambiances lumineuses (Eclairage: luxmétrie, carte d'éclairage, luminance, chromamétrie)
HSE54	STRESS, SOUFFRANCE MENTALE AU TRAVAIL & RISQUES PSYCHO-SOCIAUX (RPS)	3	<ul style="list-style-type: none"> • Informer et sensibiliser les différents acteurs de l'entreprise de l'importance et des enjeux humains et financiers induits par le stress et la souffrance au travail : • identifier et comprendre les causes et les déterminants du stress, de la souffrance au travail et des Risques Psycho-Sociaux • définir des actions préventives • état des lieux : coût humain et financier du stress et la souffrance mentale • quelques modèles traitant du stress • approche intégrant psychologie et ergonomie : le rôle de l'analyse de l'activité et de l'organisation du travail • quelques recommandations et pistes de prévention
HSE55	CONDITIONS DE TRAVAIL, SÉCURITÉ ET SANTÉ AU TRAVAIL	3	<ul style="list-style-type: none"> • Le champ des conditions de travail : Aspects législatifs et réglementaires • Analyser le travail : une démarche pour comprendre, transformer et concevoir le travail et prévenir les risques professionnels • Analyser les accidents pour mieux les prévenir : les indicateurs : taux de fréquence, taux de gravité recommandations; méthode de l'arbre des causes : principes, construction et prévention • Santé au travail : repères et démarche de prévention (Troubles musculo-squelettiques (TMS), Lombalgies, surdité professionnelle, travail posté, stress et travail) • Travail statique, travail dynamique, gestes et postures), exigences conséquences et recommandations
HSE56	ERGONOMIE ET PREVENTION	3	<ul style="list-style-type: none"> • Travail et évolution : De l'«OST» à l'ergonomie • Le champ des conditions de travail : Aspects législatifs et réglementaires • Analyse psychologique et ergonomique du travail, Travail prescrit/Travail réel : analyse des écarts • Représentations fonctionnelles dans le travail et compétences • Les grandes étapes de la démarche ergonomique
HSE57	Gestion du stress et PRS	3	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre les mécanismes des risques psychosociaux, identifier les sources et le niveau du stress, comprendre le rôle des émotions

Conduite en sécurité

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE58	La conduite défensive	2	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisation à la réduction des accidents de trajet Préservation de l'intégrité physique et du patrimoine de l'entreprise Réapprendre les règles de bonnes pratiques de conduite en sécurité
HSE59	Appareils de levage	2	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les règles de stabilité des appareils de levage Identification des risques Adopter les règles de bonnes pratiques de sécurité
HSE60	Signalisation de sécurité	2	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre le langage des formes et couleurs Pouvoir mettre en place la signalisation adéquate à la situation de chantiers ou zone de travail
HSE61	Plan de circulation (Entreprise)	2	<ul style="list-style-type: none"> Mise en forme d'un plan de circulation sur un site d'activité (chantier, unité, base de vie) Identification des contraintes liées à un site d'activité Evaluation des risques et proposition de solutions adaptées.
HSE62	Conduite en sécurité de chariots élévateurs / gerbeurs	3	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les risques liés à l'environnement de travail Conduire en sécurité et mener à bien les opérations de manutention Rendre compte des anomalies et difficultés rencontrées dans l'exercice de la fonction
HSE63	Conduite en sécurité des ponts roulants	2	<ul style="list-style-type: none"> Situer les différentes responsabilités du pontier et de l'employeur Comprendre le fonctionnement des principaux organes et équipement du pont roulant pour les utiliser dans les conditions optimales de sécurité Expliciter et justifier les mesures de sécurité à mettre en œuvre lors de l'utilisation du pont roulant. Réaliser en sécurité les diverses opérations de levage en utilisant les équipements adéquats Maîtriser les techniques d'élingage

Sensibilisation sur site et formation

REF	Formation	Durée (jour)	Objectifs
HSE64	Formation de formateur	5	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les besoins de l'apprenant en fonction des objectifs de l'entreprise Adapter la préparation du cours en fonction de la population ciblée Identifier les moyens et supports adéquats à la bonne compréhension du cours Planifier le bon déroulement en séquences progressives Préparer des fiches techniques (pédagogiques) par chapitre et l'atelier pratique (exercices en classe et sur site) Situer les chapitres clés Basculer de la méthode passive à la méthode interactive Identifier les risques liés à l'environnement de travail, à la conduite des chariots et à l'organisation de travail Proposer les mesures adéquates pour chaque situation de travail.
HSE65	Sensibilisation au poste (sur site)	3 à 5	<ul style="list-style-type: none"> Identification des principaux textes réglementaires Identifier les risques et Adopter les principes de prévention requis Identifier les différentes sources de pollution Comprendre les principes de préservation de l'environnement
HSE66	Techniques de communication HSE	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> Apprendre les techniques de communication pour un changement de comportement des employés, Changer et adopter une meilleure culture HSE



ROYAL SCHOOL

HSE67	Techniques d'inspection et de visites de chantiers	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboration de procédures d'identification • Aspects environnementaux significatifs • Risques SST • M Analyse et plan d'action • Méthodologie d'approche et techniques d'identification
HSE68	Hygiène et Sécurité dans le secteur de l'hôtellerie Option Hébergement	3 à 5	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier et appliquer les règles de base du métier en matière d'hygiène et sécurité au travail • Faire de la satisfaction du client une priorité par l'écoute de ses doléances et l'adoption de comportements à même de répondre à ses exigences
HSE69	Risques mécaniques	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Sélectionner le moyen de protection approprié au danger mécanique, • Identifier les différents dangers des machines mécaniques, Identifier les dangers des outils portatifs
HSE70	Travaux en excavation	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Savoir choisir l'action appropriée à entreprendre parmi d'autres mesures de prévention pour éviter tout éventuel éboulement • et autres risques spécifiques aux travaux d'excavation et de tranchées.
HSE71	Manutention manuelle et mécanique	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre à réaliser une évaluation des risques propres aux travaux de manutention manuelle et mécanique • et mettre en place les mesures de contrôle
HSE72	Espace confiné	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les espaces confinés, mettre en place le système d'autorisation d'entrée, • évaluer la situation, identifier et contrôler les risques
HSE73	Equipement protection individuel	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre connaissance de l'ensemble des équipements de protection individuelle, • comprendre pourquoi la protection individuelle est obligatoire dans les lieux de travail
HSE74	Outils à main	1	<ul style="list-style-type: none"> • Savoir choisir l'outil adapté à l'activité et maîtriser les règles de sécurité lors de son utilisation
HSE75	Permis de travail	1 à 3	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les différents types de permis de travail, savoir renseigner et gérer un permis de travail
HSE76	travaux en hauteur /monteur d'échafaudage fixe ou mobile En partenariat avec BATIVERT	2	<ul style="list-style-type: none"> • Acquérir les compétences nécessaires pour monter et démonter un échafaudage dans les règles professionnelles. • Acquérir les éléments de réglementation. • Acquérir les règles essentielles de montage et démontage par des exercices pratiques. • Avoir la connaissance des risques et savoir les maîtriser. • Savoir utiliser une notice de montage et les modes opératoires spécifiques au chantier, correspondant à une situation réelle
HSE77	travaux en hauteur / superviseur d'échafaudage En partenariat avec BATIVERT	3	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître la réglementation liée à l'échafaudage fixe • Connaître les différents échafaudages existants • Connaître les risques propres à sa fonction et savoir les maîtriser • Maîtriser les techniques de montage et démontage
HSE78	Travaux sur cordes	3	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître la réglementation et l'utilisation du travail sur cordes • Connaître les différents équipements spécifiques à ces techniques • Maîtriser les techniques d'utilisation et d'intervention sur cordes • Acquérir les différentes techniques de vérification et entretien de son matériel • Maîtriser les techniques de sauvetage et d'évacuation sur cordes
HSE79	Identification des aspects environnementaux	3	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluation des aspects environnementaux • Choix de la méthode à adapter • Prendre connaissance de quelques critères d'évaluation
HSE80	Analyse environnementale	2	<ul style="list-style-type: none"> • Maîtriser la méthode d'identification les aspects et impacts environnementaux significatifs d'une activité (évaluation/conformité légale), • Elaborer un plan d'action environnemental.



ROYAL SCHOOL

HSE81	Législation environnement	2	<ul style="list-style-type: none">• Acquérir les notions fondamentales en matière d'environnement (aspects et impacts, mesures d'élimination, réduction, compensation).• Maîtriser le dispositif législatif et réglementaire en matière d'environnement applicable aux organismes
HSE82	Le service d'hygiène et sécurité	3	<ul style="list-style-type: none">• Acquérir les notions fondamentales en matière d'hygiène et sécurité (risques, mesures de prévention et de protection).• Connaître le dispositif législatif et réglementaire en matière d'hygiène et sécurité.• Connaître les conditions de création, les missions et le fonctionnement du service d'hygiène et sécurité.• Acquérir les outils nécessaires aux missions du service d'hygiène et sé