Catalogue de services 2022

Version 1 - 13/01/2022

exper consult

bao GROUP LEARNING & COACHING

modyva

cohezio

Ensemble, prenons le bien-être au sérieux

1. Introduction

1.1 Cohezio 8
1.2 Experconsult 9
1.3 BAO group 10
1.4 Modyva 11
1.5 Autres partenaires 11

2. Santé

2.1 Service – Examen médical 14
2.2 Service – Examen médical – Évaluations de santé périodiques 15
2.3 Service – Examen médical – Évaluations de santé non périodiques 16
2.4 Service – Examen médical – Maladies professionnelles 18
2.5 Service – Examen médical – Vaccinations 19
2.6 Service – Les vaccinations contre la grippe 20
2.7 Service – Dépistage du SARS-CoV-2 (COVID-19) 21
2.8 Service – Analyse des risques médicaux 22
2.9 Service – Visite d'entreprise – Visite systématique et périodique des lieux de travail 23
2.10 Service – Visite d'entreprise – Check-up COVID-19 24
2.11 Service – Organisation des premiers secours 25
2.12 Service – Le rôle actif du médecin du travail dans la politique en matière de bien-être et de santé 26
2.13 Service – Participation au Comité pour la Prévention et la Protection au Travail (CPPT) 27
2.14 Service – Analyse des risques premiers secours en entreprise 28
2.15 Service – Medical Check up 29
2.16 Service – Nutri-Check 30
2.17 Service – BeFit Move 31
2.18 Service – BeFit Food – Teamwork 32
2.19 Service – BeFit Food – Workshop – Lecture des étiquettes 33
2.20 Service – BeFit Food – Lunch and learn 34
2.21 Formation – BeFit Food – Formation alimentation équilibrée 35
2.22 Formation – Secourisme 36
2.23 Recyclage – Secourisme 37
2.24 Recyclage – Secourisme en période de pandémie 38
2.25 Formation – Secourisme pédiatrique (0-12 ans) 39
2.26 Formation – Réanimation pédiatrique (0-12 ans) 40
2.27 Formation – Défibrillateur Externe Automatisé – DEA 41
2.28 Formation – Initiation aux premiers gestes et à l'appel d'urgence 42
2.29 Formation – E-learning : premiers gestes et appel des secours 43
2.30 Formation – Session d'information – Protection de la maternité 44
2.31 Formation – Information annuelle en radioprotection 45
2.32 Formation – Sensibilisation – Diabète 46
2.33 Formation – Sédentarité et l'importance de l'activité physique 47
2.34 Formation – Les maladies infectieuses. La triade des maladies transmissibles par voie sanguine : l'hépatite B et C et le VIH 48

Sommaire

2.35 Formation – Vivre sainement et avoir une capacité de résilience saine . . . 49
2.36 Formation – Les trajets de réintégration des travailleurs en incapacité de travail. . . . 50
2.37 Formation – Reprise du travail en toute sécurité en période de pandémie . . . 51
2.38 Formation – Les cytostatiques en dehors de la pharmacie et dans les soins à domicile . . . 52
2.39 Formation – La vaccination contre la grippe pour les collaborateurs de la santé et les métiers de contact. . . . 53
2.40 Formation – Le rôle du conseiller en prévention-médecin du travail dans la politique en matière d'alcool et de drogues . . . 54
2.41 Formation – La prévention des accidents par piqûre . . . 55
2.42 Formation – Le travail de nuit et le travail posté . . . 56

3. Aspects psychosociaux

3.1 Service – Sélection et formation sur mesure des personnes de confiance . . . 60
3.2 Service – Assuétudes : mieux les comprendre pour pouvoir mieux les gérer . . . 61
3.3 Service – Analyse des risques psychosociaux via entretiens individuels (< 30 travailleurs) . . . 62
3.4 Service – Analyse ciblée sur les risques psychosociaux prioritaires (< 50 travailleurs) . . . 63
3.5 Service – ARIPSO : analyse des risques labellisée à grande échelle (> 60 travailleurs) . . . 64
3.6 Service – Baromètre Cohezio : analyse simple et rapide des risques psychosociaux. . . . 65
3.7 Service – Focus group : analyse participative des risques psychosociaux (< 80 travailleurs) . . . 66
3.8 Service – Accompagnement lors d'un événement potentiellement traumatisant . . . 67
3.9 Service – Souffrance au travail : intervention psychosociale individuelle . . . 68
3.10 Service – Accompagnement d'un manager d'une équipe en difficulté . . . 69
3.11 Service – Accompagnement d'une équipe en crise . . . 70
3.12 Service – Sensibilisation du management à la gestion de crise – Cas spécifique de pandémie . . . 71
3.13 Service – Trouver un nouvel équilibre après une crise . . . 72
3.14 Service – Check-up psychosocial . . . 73
3.15 Formation – Personnes de confiance. . . . 74
3.16 Recyclage / Supervision – Personnes de confiance . . . 75
3.17 Formation – Sensibilisation des managers aux techniques de réinsertion professionnelle . . . 76
3.18 Formation – Sensibilisation de la ligne hiérarchique – Prévenir les risques psychosociaux au travail. . . . 77
3.19 Formation – Sensibilisation du personnel – Prévenir les risques psychosociaux au travail . . . 78
3.20 Formation – Gérer les conflits au travail . . . 79
3.21 Formation – Evénement potentiellement traumatisant en entreprise : se préparer à l'imprévisible . . . 80
3.22 Formation – La gestion des âges en entreprise (CCT104) . . . 81
3.23 Formation – E-learning : comment aborder la diversité ? . . . 82
3.24 Formation – La résilience – Bien dans sa tête, bien dans sa peau . . . 83
3.25 Formation – Atelier : la résilience corporelle . . . 84
3.26 Formation – Prévenir et gérer le stress. . . . 85
3.27 Formation – Prévenir et gérer le stress par les techniques de respiration . . . 86
3.28 Formation – Prévenir et gérer le stress par le yoga. . . . 87
3.29 Formation – Prévenir et gérer le stress par la «Mindfulness». . . . 88
3.30 Formation – Gérer et prévenir le burnout dans son entreprise (CODIR) . . . 89
3.31 Formation – Diminuer sa sensibilité au burnout . . . 90
3.32 Formation – Se relever d'un burnout . . . 91
3.33 Formation – Prévenir le burnout dans son équipe . . . 92
3.34 Formation – Réagir au burnout dans son équipe . . . 93
3.35 Formation – Atelier : le burnout est-il un choix ?. . . . 94
3.36 Formation – Conférence d'information et de sensibilisation au burnout . . . 95
3.37 Formation – La communication puissante : de l'écoute à l'assertivité . . . 96

4. Ergonomie

4.1 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises C- D) . . . 100
4.2 Service – Intervention analyse de risques travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises A B C+) . . . 101
4.3 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – CEWA . . . 102
4.4 Service – Intervention analyse experte travail sur écran de visualisation – IEWA. . . . 103
4.5 Service – Manutention manuelle de charges – Analyse des risques ergonomie . . . 104
4.6 Service – Aide à la correction des espaces de travail. . . . 105
4.7 Service – Aide à la conception d'espaces de bureaux . . . 106
4.8 Service – Analyse ergonomique d'un poste de travail (non écran) . . . 107
4.9 Service – Avis ergonomique préalable à l'élaboration d'un cahier des charges relatif à des équipements de travail et du matériel . . . 108
4.10 Service – Etude ergonomique spécifique afin d'aménager les locaux pour réduire les risques d'agression et/ou de contamination . . . 109
4.11 Service – Analyse des circuits d'Information . . . 110
4.12 Service – Analyse des facteurs organisationnels . . . 111
4.13 Service – Analyse de base de l'éclairage d'un poste de travail. . . . 112
4.14 Service – Analyse de l'éclairage en entreprise . . . 113

4.15 Service – Analyse avancée de risques de troubles musculo-squelettiques provoqués par le travail en force, les mouvements répétitifs et les postures défavorables . . . 114
4.16 Service – Analyse de base du confort acoustique dans les locaux. . . . 115
4.17 Service – Analyse avancée du confort acoustique dans les locaux . . . 116
4.18 Service – Analyse simplifiée de l'exposition au bruit des travailleurs . . . 117
4.19 Service – Analyse de l'exposition individuelle au bruit (LEX,8h et Ppeak) . . . 118
4.20 Service – Cartographie de bruit . . . 119
4.21 Service – Lutte contre l'exposition au bruit. . . . 120
4.22 Service – Analyse avancée de l'exposition au bruit des travailleurs . . . 121
4.23 Service – Analyse de l'exposition aux vibrations du corps entier des travailleurs . . . 122
4.24 Service – Analyse de l'exposition aux vibrations manu-brachiales des travailleurs . . . 123
4.25 Formation – Ergonomie du travail sur écran. . . . 124
4.26 Formation – Coach du dos . . . 125
4.27 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention de charges . . . 126
4.28 Formation – Manutention de personnes et prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) – Formation sur mesure (1 journée). . . . 127
4.29 Formation – Manutention de charges sur mesure ou coaching sur poste . . . 128
4.30 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de la logistique . . . 129
4.31 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de l'accueil de la petite enfance. . . . 130
4.32 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de l'aide à domicile . . . 131
4.33 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur du nettoyage . . . 132
4.34 Formation – Sensibilisation et analyse de l'exposition au bruit en entreprise . . . 133
4.35 Formation – sensibilisation et gestion de l'exposition aux vibrations en entreprise . . . 134

5. Sécurité

5.1 Service – Visite des lieux de travail – A B C+ . . . 138
5.2 Service – Visite des lieux de travail – C- et D . . . 139
5.3 Service – Safety Audit . . . 140
5.4 Service – Analyse des risques participative . . . 141
5.5 Service – Analyse des risques sécurité d'une organisation ou d'un poste de travail. . . . 142
5.6 Service – Aide à l'élaboration du plan global et du plan annuel d'action. . . . 143
5.7 Service – Réalisation d'un plan d'urgence interne . . . 144
5.8 Service – Analyse d'un accident du travail grave . . . 145
5.9 Service – Analyse d'un accident non grave . . . 146
5.10 Service – Analyse approfondie des accidents du travail . . . 147
5.11 Service – Coordination de chantier . . . 148
5.12 Service – Mise en service de machines et autres équipements de travail. . . . 149
5.13 Service – Conformité de machines et autres équipements de travail . . . 150
5.14 Service – Analyse des risques d'une machine ou d'un autre équipement de travail . . . 151
5.15 Service – Analyse des risques d'une installation électrique basse tension . . . 152
5.16 Service – Réalisation d'une fiche simplifiée d'utilisation d'une machine ou équipement de travail . . . 153
5.17 Service – Cahier des charges d'achat d'une machine ou d'un autre équipement de travail . . . 154
5.18 Service – Avis, aide et choix des équipements de protection individuels et collectifs . . . 156
5.19 Service – Mise à disposition d'un conseiller en prévention . . . 157
5.20 Service – Monitoring et analyse vibratoire dans les bâtiments et sur les infrastructures sensibles. . . . 158
5.21 Service – Safetify . . . 159
5.22 Formation – Sensibilisation de la ligne hiérarchique à la politique du bien-être . . . 160
5.23 Formation – Analyse de risques en pratique . . . 161
5.24 Formation – Analyse des accidents de travail . . . 162
5.25 Formation – Espaces verts . . . 163
5.26 Formation – Conseiller en prévention niveau III . . . 164
5.27 Formation – ATEX : risques liés aux zones à atmosphères explosives . . . 165
5.28 Formation – VCA cadre opérationnel . . . 166
5.29 Formation – VCA sécurité de base. . . . 167
5.30 Formation – Risques électriques BA4 . . . 168
5.31 Formation – Risques électriques BA5 . . . 169
5.32 Formation – Cariste de base . . . 170
5.33 Recyclage – Validation de compétence de cariste . . . 171
5.34 Formation – Conduite et travail de base avec un manuscope/manitou . . . 172
5.35 Formation – Élingueur de base . . . 173
5.36 Formation – Pontier . . . 174
5.37 Formation – Travail en hauteur. . . . 175
5.38 Formation – Travaux avec échafaudages fixes et mobiles . . . 176
5.39 Formation – La conduite prioritaire. . . . 178

6. Prévention incendie

6.1 Service – Analyse des risques relative au risque d'incendie . . . 182
6.2 Service – Checklist de conformité incendie . . . 183
6.3 Service – Réalisation de plans d'évacuation. . . . 184
6.4 Service – Encadrement d'un exercice d'évacuation. . . . 185
6.5 Service – Réalisation d'un dossier incendie . . . 186
6.6 Formation – Sensibilisation aux moyens de lutte contre l'incendie . . . 187
6.7 Formation – Évacuation de base . . . 188
6.8 Formation – Équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction légers . . . 189

6.9 Recyclage – Équipier d'intervention – Moyens d'extinction légers . . . 190
6.10 Formation – Équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction lourds . . . 191
6.11 Recyclage – Chef équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction lourds . . . 192
6.12 Formation – Chef équipier porteur ARI - Moyens d'extinction légers . . . 193
6.13 Recyclage – Équipier d'intervention porteur ARI - Moyens d'extinction légers . . . 194
6.14 Formation – Chef équipier porteur ARI - Moyens d'extinction lourds . . . 195
6.15 Formation – Porteur d'ARI . . . 196
6.16 Recyclage – Porteur ARI . . . 197
6.17 Formation – Unité Mobile : SAMM équipier de première intervention SLCI . . . 198

7. Hygiène industrielle

7.1 Service – Analyse de la qualité de l'air intérieur . . . 202
7.2 Service – Analyse concentration CO_2 de l'air intérieur par sondes connectées. . . . 203
7.3 Service – Audit HVAC . . . 204
7.4 Service – Avis sur les risques de légionnelle dans les installations . . . 205
7.5 Service – Analyse de base du confort thermique et du renouvellement de l'air. . . . 206
7.6 Service – Analyse avancée du confort thermique et du renouvellement de l'air . . . 207
7.7 Service – Analyse avancée de la contrainte thermique (par le chaud ou par le froid) . . . 208
7.8 Service – Analyse et mesures des agents microbiologiques présents sur les surfaces. . . . 209
7.9 Service – Analyse et mesures des agents microbiologiques présents dans l'air . . . 210
710 Service – Substances chimiques . . . 211
7.11 Service – Mesures des poussières personnelles et/ou stationnaires. . . . 212
7.12 Service – Analyse des expositions aux agents chimiques à l'aide d'outils de modélisation . . . 213
7.13 Service – Avis toxicologique. . . . 214
7.14 Service – Rédaction d'une fiche de données de sécurité simplifiées . . . 215
7.15 Service – Avis spécifique concernant l'utilisation d'un produit . . . 216
7.16 Service – Inventaire des produits dangereux et analyse de risque qualitative . . . 217
7.17 Service – Amiante – Réalisation de l'inventaire amiante . . . 218
7.18 Service – Amiante – Avis sur inventaire amiante. . . . 219
7.19 Service – Amiante – Identification d'un matériau suspect avec prise d'échantillon . . . 220
7.20 Service – Amiante – Avis sur plan de travail lors d'un désamiantage . . . 221
7.21 Service – Audit HACCP (analyse de l'hygiène alimentaire dans les unités de restauration) . . . 222
7.22 Service – Analyse de l'exposition aux champs électromagnétiques . . . 223
7.23 Formation – Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples). . . . 224
7.24 Recyclage – Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples) . . . 225
7.25 Formation – Hygiène alimentaire suivant la norme HACCP . . . 226
7.26 Formation – Utilisation de produits d'entretien . . . 227
7.27 Formation – Sensibilisation et gestion des agents chimiques en entreprise . . . 228

8. Environnement

8.1 Service – Etude d'incidences acoustiques environnementales pour des installations/entreprises existantes . . . 232
8.2 Service – Etude d'incidences acoustiques environnementales pour des installations/entreprises projetées (demande de permis d'environnement). . . . 233

9. Leadership - Management

9.1 Formation – Comment gérer les changements au sein des équipes . . . 236
9.2 Formation – Le leader participatif – «La force du lien» . . . 237
9.3 Formation – Le leader enthousiaste – «Raviver le feu» . . . 238
9.4 Formation – Le leader audacieux – «Diriger avec ses tripes» . . . 239
9.5 Formation – Le leader ouvert – «Manager la diversité» . . . 240
9.6 Formation – Le leader authentique – «Oser dire» . . . 241
9.7 Formation – Manager coach – Les bases du coaching managérial et relationnel . . . 242
9.8 Formation – Les bases de la communication : parler avec ses oreilles. . . . 243
9.9 Formation – Prendre la parole en public : revenez à vous !. . . . 244
9.10 Formation – Les bases du leadership : un acte d'humilité . . . 245
9.11 Formation – Le leader «mindful» – Devenir un leader plus efficace . . . 246
9.12 Formation – Comment gérer les conflits et l'agressivité ?. . . . 247
9.13 Formation – Gérer les émotions et le stress par une technique de psychologie énergétique : l'Emotional Freedom Technique (EFT). . . . 248
9.14 Formation – Spécial enseignement – Développer son leadership et la coach attitude . . . 250
9.15 Formation – Leader of 2morrow. . . . 252
9.16 Formation – Insights Discovery® – Les bases. . . . 253
9.17 Formation – Insights Discovery® – Les relations interpersonnelles et stress&time management . . . 254
9.18 Formation – Insights Discovery® – Leadership . . . 255
9.19 Formation – Insights Discovery® – Le processus de feed-back 360° avec Insights Multiview® . . . 256
9.20 Formation – Intervention en cas de difficultés relationnelles (individuel, équipe, CODIR) . . . 257
9.21 Formation – Comment manager avec l'inspiration des accords toltèques ?. . . . 258
9.22 Formation – Spécial enseignement – La respiration consciente dans la salle de classe . . . 259
9.23 Formation – Coach interne . . . 260
9.24 Formation – Supervision des coachs internes . . . 261
9.25 Formation – Comment améliorer le fonctionnement d'une équipe via les constellations systémiques avec des chevaux ? . . . 262
9.26 Formation – Comment améliorer le fonctionnement d'une équipe via les constellations systémiques ? . . . 263
9.27 Formation – Le TAO du leadership. . . . 264

Vous trouverez, dans ce catalogue, classés par thématiques, les services et formations qui peuvent vous être fournis par **Cohezio** ou l'un de ses partenaires.

Afin de vous offrir le plus large panel de services et formations, **Cohezio** s'est en effet associé et/ou collabore avec des organismes spécialisés de premier plan actifs en matière de prévention et de protection au travail.

Si vous ne trouvez pas ce que vous cherchez dans ce catalogue, n'hésitez pas à nous contacter, nous vous aiderons volontiers.

1. Introduction

Ensemble, prenons le bien-être au sérieux

En tant que Service Externe de Prévention et de Protection au Travail, notre mission est de veiller à la santé, à la sécurité et au bien-être au travail de tous, au vôtre et à celui de vos collaborateurs.

Nous vous proposons un accompagnement complet dans votre politique du bien-être.

- Surveillance de la santé
- Sécurité au travail
- Aspects psychosociaux
- Leadership, management

Ensemble, nous formons une équipe composée de conseillers en prévention, médecins, psychologues, ergonomes, ingénieurs, hygiénistes, visiteurs d'entreprises, formateurs, infirmiers… Sans oublier tous nos collaborateurs des services support.

Cohezio, c'est une équipe multidisciplinaire qui, en partenariat étroit avec vous, vous aide à assurer un environnement de travail sain à vos collaborateurs, en vous proposant de l'écoute, de l'expertise et des solutions adaptées à vos besoins.

Parce que nos métiers nous passionnent et que le **bien-être** et l'**épanouissement** au travail sont aujourd'hui deux aspirations majeures, nous avons fait évoluer notre offre de services, qui va désormais au-delà de ce que propose un Service Externe de Prévention et de Protection au Travail classique.

Nos **médecins du travail** sont au cœur de notre action et agissent comme prescripteurs de prestations qui améliorent le bien-être collectif et individuel en entreprise. Ils s'appuient sur nos experts et partenaires, de telle sorte à vous apporter des solutions encore plus complètes et vous aider ainsi à compter sur une équipe de collaborateurs stable et épanouie.

Cohezio et son **écosystème**… notre sphère de compétences :

Votre partenaire pour une entreprise saine

Experconsult est le pôle spécialisé en matières de Santé et de Well-being de l'écosystème **Cohezio**.

Outre ses missions d'expertise médicale, **Experconsult** propose des services liés aux bien-être des travailleurs, regroupés sous deux catégories distinctes :

- **Les check-up médicaux et psychologiques**
  Dans le cadre d'une politique interne de bien-être de ses travailleurs, l'entreprise a la possibilité d'offrir à ses cadres et collaborateurs un check-up médical et psychologique. Le check-up consiste en un examen complet et une discussion avec un médecin et/ou un psychologue. Les résultats et entretiens sont totalement confidentiels.

- **Les actions liées à la vitalité au travail**
  Bouger et mieux manger ! Voilà un résumé de notre programme «BeFit» de vitalité au travail. Notre équipe de diététiciens et de médecins apportent une vision moderne à la diététique et au mouvement sur les lieux de travail.

Au cœur de l'humain, au cœur du système

BAO Group est le pôle spécialisé en formation et en coaching de l'écosystème **Cohezio**.

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

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

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

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

Etudes en hygiène et en environnement

Modyva est le pôle spécialisé en acoustique, vibrations, ambiances thermiques et troubles musculosquelettiques de l'écosystème **Cohezio**.

Modyva a été créé en partenariat avec l'Université de Mons et est agréé par la Région Wallonne dans le cadre de la lutte contre le bruit. Cet agrément est également valable en Région de Bruxelles-Capitale.

Nos domaines d'activités :

- **Santé au travail**
  Bruit, vibrations, troubles musculosquelettiques, ambiances thermiques, champs électromagnétiques et agents chimiques.
- **Recherche et développement**
  Conception, essais et analyses vibro-acoustiques.
- **Environnement**
  Etudes d'incidence et assainissement dans les domaines du bruit et des vibrations.

Autres partenaires

Afin de répondre au mieux à vos demandes de formation, **Cohezio** collabore également avec des partenaires externes à son écosystème, experts en formation des travailleurs, dont Guest, Etic's Partners et Priodrive.

Guest

Guest, centre de formation en prévention, sécurité et bien-être au travail dispense des formations complètes et adaptées à chaque situation, dans différents domaines : des sessions inter-entreprises, basées sur des programmes standards, et des formations en intra-entreprise, modulaires et sur mesure. Guest, c'est aussi l'analyse de risque et l'élaboration de vos plans d'évacuation et d'intervention. Guest regroupe plus de 90 experts passionnés et actifs dans des professions liées au secours, à la santé et à la prévention.

Etic's Partners

Sept sociétés autonomes, complémentaires et partenaires pour la sécurité, la prévention, le bien-être au travail, le développement humain, l'informatique & la bureautique. Plus de 125 professionnels à travers toute la Belgique, unissant leurs forces et compétences pour répondre à vos besoins en matière de formation, de consultance, d'information, d'achat, location et entretien de matériel de sécurité.

Priodrive

Priodrive est spécialisé dans la formation des conducteurs professionnels en général, mais plus particulièrement des chauffeurs de véhicules dit « prioritaires ».

2. Santé

Service

Examen médical

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

Objectifs

L'objectif principal de la surveillance de la santé est de veiller au bien-être et à la santé des travailleurs, et plus particulièrement de :

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

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

Le rôle du médecin du travail est de prévenir les affections et non de les soigner.

Contenu

En fonction de l'analyse de risque, différents types d'examens sont réalisés qui ont lieu à différents moments de la carrière du travailleur, à savoir :

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

Pour qui ?

La surveillance de santé est applicable à tous les travailleurs, ainsi qu'à toutes les personnes assimilées aux travailleurs (stagiaires, curistes, apprentis, étudiants jobistes, bénévoles, …). Les types d'examens que doivent passer les travailleurs dépendent des risques présents ou non dans le travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/021 — Prix à la demande

Service

Examen médical – Évaluations de santé périodiques

Le travail et les conditions dans lesquelles il doit être effectué, comportent parfois des risques pour la santé : utilisation de produits nocifs, conduite de machines dangereuses, manutention de charges, etc.
La surveillance de la santé des travailleurs a pour but de promouvoir et de préserver le bien-être et la santé des travailleurs en agissant sur la prévention de ces risques.

Objectifs

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

En combinaison avec les visites des lieux de travail et la participation aux comités pour la prévention et la protection au travail, ces démarches contribuent à l'élaboration de l'analyse des risques, au développement d'une politique en matière de santé, et à l'augmentation du bien-être au travail. Certains de vos travailleurs doivent être examinés périodiquement par le conseiller en prévention-médecin du travail dont la périodicité de cet examen est déterminée en fonction des risques liés à la fonction du travailleur. (article I.4-2 du code du bien-être au travail)

Contenu

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/022 — Prix à la demande

Service

Examen médical – Évaluations de santé non périodiques

Certains examens non périodiques sont programmés en fonction de circonstances bien déterminées du travailleur. Tout comme les évaluations de santé périodiques, ces examens non périodiques ont pour but de promouvoir et de préserver la santé des travailleurs en agissant sur la prévention des risques.

Objectifs

Chaque type d'évaluation de santé poursuit également des objectifs spécifiques dont voici ci-dessous les principaux.

Evaluation de santé préalable
Evaluer l'aptitude lors de l'embauche ou lors d'un changement de fonction.

Examen de reprise du travail
Evaluer l'aptitude dans les 10 premiers jours ouvrables de la reprise du travail. En cas d'inaptitude, on propose soit des mesures de prévention à indiquer sur le formulaire d'évaluation de santé, soit on recommande une prolongation du congé de maladie.

Visite de pré-reprise du travail
Préparer la future reprise effective du travail des travailleurs, qu'ils soient ou non soumis à la surveillance de santé, en faisant d'éventuelles propositions concernant un poste de travail adapté (un bureau assis-debout, etc.) ou concernant un travail adapté (volume de travail adapté, travail à temps partiel, limitation de la manutention de charges, etc.).

Consultation spontanée
Offrir à tout travailleur, qu'il soit ou non soumis à l'évaluation de santé périodique, la possibilité de contacter le médecin du travail suite à des problèmes de santé liés au travail.

Evaluation de réintégration des travailleurs malades
Promouvoir la réintégration du travailleur qui ne peut plus exécuter le travail convenu, en donnant à ce travailleur soit :
- **temporairement, un travail adapté ou un autre travail en attendant d'exercer à nouveau son travail convenu ;**
- **définitivement, un travail adapté ou un autre travail si le travailleur est définitivement inapte à exercer son travail convenu.**

Examen à la demande de l'employeur
Permettre l'évaluation de santé à la demande de l'employeur lorsque :
- **un travailleur se plaint de malaises ou de signes d'affection qui peuvent être attribués à ses conditions de travail ;**
- **l'employeur constate que l'état physique ou mental d'un travailleur augmente incontestablement les risques liés au poste de travail.**

Attention, le conseiller en prévention-médecin du travail évaluera de manière indépendante si ce travailleur doit être soumis à une évaluation de santé.

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

Contenu

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

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

Examen de reprise du travail

Obligatoire pour tout travailleur soumis, après une absence ininterrompue d'au moins 4 semaines, en raison d'une maladie, d'un accident ou d'un accouchement.

Consultation spontanée

Pour les travailleurs, soumis ou non à la surveillance de santé périodique, qui rencontrent des problèmes relatifs à leur sécurité et à leur santé au travail. Dans le cas de la consultation spontanée, le demandeur est le travailleur en personne ou son médecin traitant. L'examen peut se faire de manière anonyme (l'employeur ne pourra pas être mis au courant sauf si le travailleur marque son accord). Pour cet examen, l'établissement du formulaire d'évaluation de santé, réalisé par le médecin du travail, n'est pas toujours obligatoire.

Visite de pré-reprise du travail

Le demandeur est toujours le travailleur, qu'il soit soumis ou non. Le travailleur aura rendez-vous avec le médecin du travail dans les 10 jours ouvrables suivant sa demande. Le conseiller en prévention-médecin du travail examinera le poste de travail du travailleur dans les plus brefs délais et formulera, au champ F du formulaire d'évaluation de santé, les éventuelles mesures de prévention recommandées, en fonction de l'état de santé du travailleur et de l'examen du poste de travail, et ce, afin que l'employeur puisse fournir au travailleur un travail adapté dès la reprise du travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/023

Prix à la demande

Service

Examen médical – Maladies professionnelles

Par maladie professionnelle, on entend toute affection pour laquelle un lien causal clair peut être établi avec l'exercice d'une certaine activité professionnelle. (Article 30 des lois coordonnées relatives à la prévention des maladies professionnelles).

Les maladies en relation avec le travail (loi du 13 juillet 2006 - M.B. du 1er septembre 2006) sont des maladies qui, selon les connaissances médicales généralement admises, peuvent trouver leur cause partielle dans une exposition à une influence nocive, inhérente à l'activité professionnelle et supérieure à celle subie par la population en général, sans que cette exposition, dans des groupes de personnes exposées, constitue la cause prépondérante de la maladie.

Objectifs

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

Contenu

Le conseiller en prévention-médecin du travail est tenu de faire une déclaration chaque fois qu'il constate l'un des cas suivants :

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/024 — Prix à la demande

Service

Examen médical – Vaccinations

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

Objectifs

- **L'objectif des vaccinations est de protéger les travailleurs contre les agents biologiques (risques) auxquels ils sont exposés.**
- **La loi comprend une liste des entreprises et des catégories de travailleurs pour lesquelles certaines vaccinations sont obligatoires. Il s'agit de la vaccination contre le tétanos notamment pour travailleurs des entreprises agricoles, de la vaccination contre l'hépatite B (par ex. pour le personnel médical) et du test tuberculinique pour entre autre les travailleurs des hôpitaux).**
- **Annexe VI du livre VII, titre 1 du code du bien-être au travail. «A.R. relatif aux agents biologiques».**
- **En outre, certaines vaccinations conseillées (la vaccination contre la rage et celle contre la grippe, par exemple) peuvent être recommandées. L'employeur informe les travailleurs concernés de l'existence d'un vaccin efficace lors de l'embauche et avant l'exposition aux agents biologiques. Ils sont également informés des avantages et des inconvénients que présentent la vaccination et l'absence de vaccination.**

Contenu

Vaccinations obligatoires

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

Campagnes de vaccination

Dans le cadre des campagnes de vaccination annuelles (notamment contre la grippe), **Cohezio** met à disposition les vaccins à administrer, à un prix convenu d'avance.

Sur base de la liste des travailleurs qui souhaitent se faire vacciner, **Cohezio** se chargera de la commande et de l'administration des vaccins.

Vous trouverez de plus amples informations concernant la campagne contre la grippe à la fiche 2.6 de ce catalogue.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/025

Prix à la demande

Service

Les vaccinations contre la grippe

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

Cohezio peut organiser une campagne de vaccination annuelle contre la grippe dans votre entreprise.

Objectifs

La vaccination contre la grippe vous permet de protéger vos travailleurs et vous aidera également à limiter l'absentéisme pour cause de maladie durant la période hivernale, car la vaccination réduit le risque de contracter la grippe. Si toutefois, la grippe devait se déclarer, le vaccin permettra d'atténuer la maladie.

- **La grippe aura une évolution plus bénigne.**
- **Le risque de complications (telles que pneumonie ou problèmes cardiaques) sera réduit.**
- **Il y aura moins de risques qu'une pathologie préexistante ne s'aggrave en raison de la grippe.**

Contenu

Cohezio organise la vaccination contre la grippe de A à Z, sur base de la liste de vos travailleurs qui sont intéressés.

Pour qui ?

Tous les travailleurs intéressés.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio** et l'infirmier(ère) du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/026

Prix à la demande

Service

Dépistage du SARS-CoV-2 (COVID-19)

cohezio

exper consult · bao · modyva

Différents tests de dépistage COVID-19 sont maintenant disponibles :

- **Test PCR** : ce test se réalise via un écouvillon (oro-)naso-pharyngé envoyé au laboratoire. Il recherche la présence du génome du virus, au moment du prélèvement, et permettrait de poser un diagnostic d'infection en phase précoce. Le résultat est habituellement disponible en 1 à 4 jours.
- **Test PCR salivaire** : ce test se réalise sur un prélèvement de salive récolté dans un tube spécial envoyé au laboratoire. Il recherche la présence du génome du virus, au moment du prélèvement, et permettrait de poser un diagnostic d'infection en phase précoce. Le résultat est habituellement disponible dans les 24 heures. Ce test est moins sensible que le test PCR mais son avantage est de faciliter la réalisation du prélèvement et d'en diminuer l'inconfort.
- **Test antigénique rapide** : ce test se réalise via un écouvillon (oro-)naso-pharyngé placé dans un liquide réactif déposé ensuite sur une cassette réactive. Il recherche la présence de protéines (antigènes) du virus, au moment du prélèvement, et permettrait de poser un diagnostic d'infection en phase précoce. Le résultat est obtenu en 15-30 minutes. Ce test est moins sensible que le test PCR mais son avantage est la rapidité d'obtention du résultat afin de réduire les risques de transmission du virus (clusters).
- **Test sérologique IgG** : ce test se réalise via une prise de sang envoyée au laboratoire. Il recherche la présence d'anticorps IgG dans le sang. Ceux-ci apparaissent en moyenne 12 jours après le contact avec le virus. La notion de protection des personnes ayant des anticorps est toujours à l'étude. C'est un test quantitatif. Le résultat est habituellement disponible le lendemain.
- **Test sérologique rapide IgM/IgG** : ce test se réalise via le prélèvement en bout de doigt d'une goutte de sang déposée sur une cassette réactive. Il recherche la présence d'anticorps IgM et IgG. Ceux-ci apparaissent en moyenne 9 jours (IgM) et 12 jours (IgG) après le contact avec le virus. La notion de protection des personnes ayant des anticorps est toujours à l'étude. C'est un test qualitatif. Le résultat est obtenu en 10-15 minutes.

Objectifs

- **Information du travailleur.**
- **Etude d'un 'cluster' au sein de l'entreprise ou de l'établissement.**
- **Eviction du milieu de travail du personnel positif au test PCR, au test PCR salivaire, au test antigénique rapide ou uniquement aux IgM du test sérologique rapide IgM/IgG.**
- **Aide à la déclaration de maladie professionnelle.**
- **Intérêt collectif psycho-social : rassurer les travailleurs.**

Contenu

Cohezio organise le dépistage de A à Z, sur base d'une liste de vos travailleurs volontaires. Matériel mis à disposition, réalisation des tests, transmission des résultats aux travailleurs. Résultats globaux envoyés à l'employeur.

Pour qui ?

A déterminer par l'analyse des risques. Sur base volontaire.

Prestataires

Le médecin du travail et l'infirmier(e) du travail de **Cohezio** ; ainsi que le laboratoire d'analyse pour les tests PCR, tests PCR salivaires et tests sérologiques IgG.

Infos pratiques

- La décision de réaliser tel ou tel test doit être validée en CPPT après analyse des risques. Si il n'y a pas de CPPT, consentement éclairé du travailleur.
- Ces tests doivent faire partie intégrante d'une politique de prévention globale où il est bien précisé que la prévention primaire est la première à mettre en place, avant les tests de dépistage.
- L'employeur ne peut obliger ses travailleurs à se soumettre à ces tests. Le refus de l'employé n'est pas communiqué à l'employeur.
- Les résultats sont transmis personnellement aux travailleurs avec courrier explicatif. Les résultats ne sont jamais transmis à l'employeur.
- **Tarification** :
  69,38€ le test PCR,
  29,39€ le test PCR salivaire,
  26,72€ le test antigénique rapide,
  29,86€ le test sérologique IgG,
  25,00€ le test sérologique rapide IgM/IgG.
- Aux prix individuels s'ajoute le temps de mise à disposition du personnel médical et infirmier (réalisation des tests, logistique, réception des résultats, encodage de ceux-ci et transmission des résultats aux travailleurs) et 1 UP de déplacement par personne intervenante.

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

REF. med_20/S/239 — Prix à la demande

Service

Analyse des risques médicaux

L'analyse des risques médicaux, appelée aussi analyse des risques de surveillance de santé, constitue la base de la surveillance de la santé et de la politique de santé des travailleurs. C'est le fondement de la mission de la médecine du travail : veiller au bien-être et à la santé des travailleurs.

Objectifs

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

Contenu

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

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

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

REF. med_20/S/027 — Prix à la demande

Service – Visite d'entreprise

Visite systématique et périodique des lieux de travail

Outre l'évaluation de santé, le conseiller en prévention-médecin du travail réalise des visites des lieux de travail, appelées visites d'entreprises. Grâce à cette prise de connaissance de l'environnement de travail et du poste de travail individuel, le conseiller en prévention-médecin du travail émet un avis adéquat quant à l'aptitude du travailleur et l'éventuelle adaptation du travail en fonction de cette aptitude.
Cette particularité différencie le conseiller en prévention-médecin du travail de tous les autres médecins (médecins traitants, médecins-conseils de la mutualité, …), qui est le seul à disposer des informations les plus objectives concernant le travail. Le médecin du travail est ainsi extrêmement bien placé pour évaluer correctement les éventuels problèmes de santé et l'aptitude d'un travailleur.

Objectifs

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

Les visites des lieux de travail contribuent à l'optimisation de la surveillance de la santé, ainsi qu'à la politique en matière de santé et de réintégration.

Contenu

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

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio** ou un autre conseiller en prévention (adjoint) de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/028

Prix à la demande

Service – Visite d'entreprise

Check-up COVID-19

La pandémie a fortement perturbé le monde du travail, avec de nouvelles habitudes à intégrer pour se protéger et pour protéger les autres. Si les mesures sanitaires à respecter sont les mêmes pour tous, il peut parfois être difficile de savoir comment les appliquer selon votre organisation, votre secteur d'activité ou selon votre infrastructure.

Pour vous aider à faire le point sur votre situation et à naviguer parmi les recommandations en vigueur, nous vous proposons une visite des lieux de travail spéciale COVID-19, lors de laquelle nous parcourons avec vous tous les éléments pour un environnement de travail serein et sécurisé pour tous.

Objectifs

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

Porter une attention particulière sur la prévention de la COVID-19 :

- **Conseiller sur les mesures à respecter dans le cadre de votre activité pour lutter contre la COVID-19, afin de préserver la santé de vos travailleurs et de vos visiteurs ;**
- **Fournir des outils pratiques et du matériel de sensibilisation.**

Contenu

- Visite des lieux de travail : check-list habituelle reprenant tous les sujets relatifs au bien-être au travail.
- Check-list COVID-19 : spécialement conçue pour vous aider à prendre les mesures adéquates contre la COVID-19 et préserver ainsi la santé de vos travailleurs et de vos visiteurs.
- Matériel de sensibilisation invitant au respect des gestes-barrière et à la vaccination.
- Conseils personnalisés.
- Autocollant labellisé « Check-up by **Cohezio** » à l'issue de la visite, que vous pourrez arborer fièrement si les conditions sanitaires sont respectées au sein de votre établissement.

Pour qui ?

Tout établissement qui souhaite un environnement de travail serein et sécurisé pour tous, dans le respect des règles sanitaires.

Prestataires

Le Conseiller en prévention de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : sur vos lieux de travail.

Durée : environ 1h.

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

REF. med_21/S/240

Prix à la demande

Service

Organisation des premiers secours

L'employeur est tenu de réaliser une analyse des risques spécifique relative aux premiers secours. En fonction de cette analyse des risques, l'employeur doit veiller à l'organisation adéquate des mesures de premiers secours qui est une obligation légale. Dans ce cadre, l'employeur demande l'avis du conseiller en prévention-médecin du travail qui surveille l'organisation des premiers secours.

Objectifs

L'employeur doit prendre les mesures nécessaires afin de dispenser, dans les plus brefs délais, les premiers soins aux travailleurs victimes d'un accident ou d'un malaise. L'employeur doit également veiller à assurer le transport des travailleurs concernés, selon le cas soit vers le local de soins, soit à leur domicile, soit vers un établissement de soins.

Si nécessaire, l'employeur doit organiser les contacts nécessaires avec les services spécialisés de l'assistance médicale urgente.

Les premiers secours doivent pouvoir être dispensés pendant toute la durée du travail et doivent pouvoir être appliqués aux entrepreneurs, sous-traitants et autres personnes présentes sur le lieu de travail.

Contenu

La mission suivante est essentiellement réalisée durant la visite d'entreprise, à savoir :

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

Prestataires

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

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/029

Prix à la demande

Service – Le rôle actif du médecin du travail

dans la politique en matière de bien-être et de santé

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

Objectifs

Sur base des besoins de l'employeur et des travailleurs, le conseiller en prévention-médecin du travail contribue à établir :

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

Contenu

Une analyse permanente des besoins et des risques est réalisée en concertation avec l'employeur. Sur base de cette analyse, le conseiller en prévention-médecin du travail peut contribuer au développement actif de la politique du bien-être de l'entreprise et mettre plus particulièrement l'accent sur, par exemple :

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

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/210

Prix à la demande

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

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

Objectifs

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

Contenu

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

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/211

Prix à la demande

Service

Analyse des risques premiers secours en entreprise

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

Objectifs

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

Contenu

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/S/212 — Prix à la demande

Service

Medical Check up

Notre volonté est d'optimaliser le capital santé de vos travailleurs. La détection précoce des problèmes de santé permet en effet d'en limiter considérablement la durée et la gravité. Garantir le bien-être, la santé physique et mentale des travailleurs est aujourd'hui incontournable.

Experconsult aborde la santé des travailleurs de 2 façons :

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

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

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

Objectifs

Promouvoir la santé et le bien-être des travailleurs au niveau individuel et collectif :

- **détecter les facteurs de risques et les problèmes de santé individuels ;**
- **évaluer l'état de santé au niveau collectif de l'entreprise.**

Contenu

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

Prestataires

Médecins, infirmiers.

Infos pratiques

Vous pouvez choisir parmi 3 formules différentes :

- «The Basics»
- «The Advantage»
- «The Expert»

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/S/214

Prix à la demande

Service

Nutri-Check

Notre volonté est d'optimaliser le capital santé de vos travailleurs. L'alimentation joue un rôle important dans le maintient d'une bonne santé. Une approche holistique de la santé des travailleurs est aujourd'hui incontournable.

Experconsult organise le Nutri-check. C'est un bilan nutritionnel offert aux travailleurs d'une entreprise. Le but de ce bilan est d'aider les travailleurs à améliorer leur alimentation en les conseillant individuellement sur base des recommandations officielles.

Ce bilan nutritionnel est composé d'une enquête alimentaire, de la remise d'un plan alimentaire personnalisé ainsi que d'un suivi diététique.

L'enquête alimentaire est réalisée par un diététicien grâce à un questionnaire préalable et à un entretien d'anamnèse.
Grâce aux informations recueillies au cours de cette enquête alimentaire, le diététicien remet au patient un plan alimentaire personnalisé. Un plan alimentaire est un outil simplifié pour expliquer concrètement au patient comment structurer ses menus pour assurer un équilibre alimentaire.
Les consultations de suivi servent à évaluer les résultats de l'application du plan alimentaire, à motiver le patient et à adapter le plan alimentaire, si nécessaire.

Experconsult part du constat que des travailleurs en bonne santé, c'est une entreprise en bonne santé.

Objectifs

- **Promouvoir la bonne alimentation des travailleurs au niveau individuel.**
- **Détecter les erreurs alimentaires.**
- **Conseiller sur base des recommandations nutritionnelles.**
- **Accompagner lors du changement d'alimentation.**

Contenu

- Enquête alimentaire via un questionnaire alimentaire et une anamnèse alimentaire.
- Plan alimentaire personnalisé remis au travailleur.
- Suivi diététique.

Prestataires

Diététicien(ne)s.

Infos pratiques

Le module de base comprend l'enquête alimentaire, la remise du plan alimentaire et le premier suivi. D'autres suivis peuvent être demandés.

Durée :
Anamnèse : 1 heure.
Remise du plan alimentaire et suivi(s) : 30 minutes.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/S/220

Prix à la demande

Service

BeFit Move

Les comportements ou les travaux sédentaires peuvent avoir des conséquences néfastes sur notre santé.

De nombreuses études démontrent aujourd'hui qu'instaurer une véritable politique de prévention de la sédentarité en entreprise a pour effet de réduire le stress et le risque de développer certaines maladies : troubles musculo-squelettiques, diabète, tension artérielle, obésité, cancer, etc. Dans l'esprit de BeFit Move, vous améliorez ainsi la qualité de vie et le bien-être global de vos travailleurs dont les effets s'en feront ressentir avec une amélioration de la concentration, de la digestion, de la mémoire et une meilleure qualité de sommeil.

Notre but principal est de vous aider à implanter une politique cohérente et efficace de prévention de la sédentarité et d'encourager l'activité physique au sein de votre entreprise.

Grâce à un audit réalisé avec l'un de vos responsables, nous évaluons l'avancée du développement de cette nouvelle politique dans votre entreprise. En fonction des résultats, nous vous proposerons un ensemble de solutions pour répondre spécifiquement à vos besoins et à vos demandes (consultance, séance d'information, coaching, visite d'ergonomes, outils spécifiques…).

Objectifs

- **Etablir une politique de lutte contre la sédentarité et promouvoir l'activité physique au travail.**

Contenu

- Evaluation de la politique de lutte contre la sédentarité de l'entreprise grâce à une enquête de type audit.
- Accompagnement de l'entreprise tout au long du développement de la politique de lutte contre la sédentarité et de promotion de l'activité physique.

Prestataires

Ergonomes, kinésithérapeutes, éducateurs physiques, collaborateurs **Experconsult**.

Infos pratiques

Devis personnalisé, en fonction de la demande.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/S/218

Prix à la demande

Service

BeFit Food – Teamwork

Experconsult vous propose des ateliers culinaires, déclinés à la façon d'une teambuilding ou d'une teamwork, axée davantage sur le renforcement de la dynamique de groupe et la gestion de conflits légers.

C'est autour d'une « black box » que débute l'activité avec un premier défi : élaborer une recette en équipe. Avec le psychologue, les participants découvrent également quel est habituellement leur rôle dans le groupe et sont, le temps de l'atelier, invités à endosser un nouveau rôle. C'est dans cette nouvelle configuration que le partage des tâches ainsi que la collaboration entre les participants, sont observés par le psychologue. Ce dernier peut ainsi analyser la dynamique du groupe, les conflits potentiels et les gérer. Le but est d'améliorer la cohésion de groupe grâce à une activité créative et réconciliante.

D'un point de vue alimentaire, ce type d'atelier permet également aux participants de découvrir ou d'approfondir leurs compétences culinaires, d'être inventifs et éventuellement, de découvrir de nouveaux aliments ou nouvelles saveurs. La réalisation en groupe permet de partager des savoirs et des savoir-faire culinaires entre les participants et avec le diététicien présent sur place.

Objectifs

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

Contenu

- Analyse des rôles dans le groupe.
- Renforcement de l'esprit d'équipe autour de la création ou réalisation d'une recette en groupe.
- Mise en application des compétences culinaires et amélioration des connaissances sur l'alimentation saine.
- Feed-Back du psychologue.

Prestataires

Diététiciens, psychologues, collaborateurs **Experconsult**.

Infos pratiques

12 participants maximum.

L'atelier comprend la location du local-cuisine adapté, la location du matériel et l'approvisionnement alimentaire.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/S/217

Prix à la demande

Service

BeFit Food – Workshop – Lecture des étiquettes

Aujourd'hui, manger sainement pour une meilleure santé est un principe bien connu. Bien qu'on soit de bonne volonté, encore faut-il être capable de déchiffrer le jargon des étiquettes. Entre la liste de ingrédients, parfois à la nomenclature scientifique, les labels et les slogans aux plus belles promesses, il est compliqué de s'y retrouver et de bien choisir ses aliments.

Ce workshop interactif vous permettra de faire toute la lumière sur les étiquettes alimentaires. Chacun de ces ateliers est unique car ce sont les participants qui le font progresser à leur rythme, en fonction de leurs connaissances.

Concrètement, les informations présentes sur les étiquettes sont passées en revue, expliquées et analysées. Tables de composition, labels, liste des ingrédients, … Autant d'éléments passés sous la loupe de diététiciens. Certaines thématiques peuvent être approfondies en fonction des demandes des participants. Le but est de les aider à faire de meilleurs choix et d'aiguiser leur esprit critique, sans dramatiser.

De bons choix alimentaires, c'est un excellent point de départ vers une alimentation saine et de qualité.

Objectifs

- **Guider les participants vers de meilleurs choix alimentaires.**
- **Renforcer les savoirs et donner des moyens d'agir.**
- **Renforcer l'esprit critique par rapport à la grande consommation.**

Contenu

- Discussion du groupe sur l'analyse des étiquettes distribuées aux participants.
- Partage des connaissances entre les participants.
- Orientation et approfondissement de certaines thématiques en fonction des sujets d'intérêt du groupe.
- Support théorique, si besoin, en fonction des connaissances de départ des participants.

Prestataires

Diététiciens.

Infos pratiques

Durée : 1 demi journée.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/S/242

Prix à la demande

Service

BeFit Food – Lunch and learn

Notre workshop « Lunch and Learn », composé d'un repas et d'une sensibilisation autour de l'alimentation saine, est l'une des pistes pour aider vos travailleurs à manger mieux au quotidien. Savez-vous où se cache le sucre ? Avez-vous certaines idées reçues sur l'alimentation ? Comment bien manger au travail ? Quel réel impact de la nourriture sur les maladies cardiovasculaires ? Autant de questions que nos professionnels de l'alimentation aborderont avec vos collaborateurs.

Il est possible d'adapter le contenu de la présentation en fonction du profil du public, en partant d'une séance informative de base destinée à des personnes novices en la matière, à un contenu plus approfondi pour les plus avertis.

Ces ateliers combinent plusieurs aspects : informatif, ludique et pratique. Divers supports sont utilisés pour guider les participants autour des thématiques abordées.

Objectifs

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

Contenu

- Sensibilisation à l'alimentation équilibrée.
- Questions/réponses.
- Dégustation d'un repas équilibré.

Prestataires

Diététiciens.

Infos pratiques

Durée : 1 demi journée.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/S/241

Prix à la demande

Formation

Formation alimentation équilibrée

L'alimentation est un élément fondamental de ce qui fonde une bonne santé. C'est dorénavant bien connu, une mauvaise alimentation conduit à de nombreux problèmes de santé chroniques, tels que le diabète, les maladies cardio-vasculaires ou même certains types de cancer. En matière de prévention de la santé, l'alimentation est une thématique incontournable, d'autant plus sur le lieu de travail où nous passons un temps considérable. Agir sur l'alimentation au travail, c'est aussi le meilleur moyen pour améliorer l'énergie des travailleurs, car une nourriture saine influe sur le moral et la santé.
Vos travailleurs manquent de repères et d'informations sur ce qui constitue une nourriture saine, adaptée à leurs besoins nutritionnels ?

Experconsult organise des séances d'information interactives sur les bases de l'alimentation saine. Les participants reçoivent des explications sur les différentes familles alimentaires, sur le rythme alimentaire ainsi que des exemples pour mettre en pratique une alimentation équilibrée.

Les participants sont invités à interagir et à poser des questions pendant et après la présentation. La séance peut être suivie d'un repas sain et savoureux.

Objectifs

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

Contenu

- Sensibilisation à l'alimentation saine et équilibrée, sur base de la pyramide alimentaire.
- Séance de questions/réponses.
- En option, dégustation d'un repas équilibré.

Prestataires

Diététiciens.

Infos pratiques

Durée : 2 heures.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/F/240

Prix à la demande

Formation

Secourisme

Un travailleur fait un malaise, comment réagir ? Un employé s'est blessé, comment procéder ? En attendant l'arrivée des secours, l'assistance portée aux collaborateurs durant les premières minutes est capitale. Or, porter secours ne s'improvise pas et la démarche est généralement assez impressionnante. Cette formation permet aux travailleurs d'acquérir les réflexes adaptés en cas d'urgence. Les secouristes disposeront ainsi des connaissances et des aptitudes pour appliquer les premiers secours sur base de l'article 1.5-8 du code du bien-être au travail. Le nombre de secouristes varie selon le nombre de travailleurs occupés dans l'entreprise et des risques liés aux activités de celle-ci. En tant qu'employeur, vous trouvez ces informations dans les résultats de l'analyse de risque que vous recevez de la part de votre conseiller en prévention.
A ce sujet, n'hésitez pas à consulter votre conseiller en prévention ou le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Objectifs

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

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Nos formateurs sont expérimentés et ont bénéficié d'une formation médicale.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/F/219 — Prix à la demande

Recyclage

Secourisme

Vous avez déjà suivi une formation en secourisme mais vous n'êtes pas sûr de vous souvenir des bons gestes à adopter en cas d'urgence, tout en contrôlant la situation ? Grâce à cette formation annuelle, vous maintenez le niveau des secouristes à un niveau optimal de connaissance, de savoir-faire et de savoir-être.

Ce recyclage, obligatoire sur base de l'article I.5-8 du code du bien-être au travail, permet à l'employeur de s'assurer qu'il répond bien aux éventuelles exigences légales concernant le secourisme en entreprise.

Objectifs

- **Remise à niveau des connaissances et de la pratique en matière de secourisme.**
- **Techniques de réanimation, position latérale de sécurité, plaies, malaises cardiaques, épilepsie, hémorragies, fractures et autres situations de danger.**
- **Échange d'expérience en matière de situations d'urgence vécues.**
- **Mise à jour des connaissances.**
- **Discussion de nouvelles approches comme la réanimation et ce, selon les dernières directives de l'ERC.**

Pour qui ?

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

Formateur

Nos formateurs expérimentés et ayant bénéficié d'une formation médicale.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

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

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

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

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

REF. med_20/F/220 — Prix à la demande

Recyclage

Secourisme en période de pandémie

Chaque secouriste, dans une entreprise, doit être recyclé chaque année. Certaines dérogations sont permises pour être recyclé tous les deux ans. Lors de ce recyclage, différents thèmes sont abordés (traumatismes circulatoires, traumatismes respiratoires, traumatismes locomoteurs, …).
Suite à l'actualité de 2020, **Cohezio** vous a créé une nouvelle formation spécifique pour la prise en charge de victime d'accident ou de malaise pendant une pandémie. Comment soigner une hémorragie, comment faire une réanimation, etc…

Objectifs

Donner toutes les informations nécessaires, montrer les bons gestes à faire pour que les secouristes aient une meilleure prise en charge des victimes d'accident ou de malaise pendant une pandémie.

Contenu

- **Quelques consignes pour la journée.**
- **Partie 1** : à propos du COVID 19 (symptômes, statistiques, qui peut l'attraper, les principes généraux dans les entreprises etc…).
- **Partie 2** : attitudes et comportements (les bons réflexes, ventiler les pièces, le matériel à utiliser, les endroits communs, …).
- **Partie 3** : secourisme pendant une pandémie (les bons gestes à faire, quand appeler le 112, …).
- **Partie 4** : RCP en période de pandémie.
- **Partie 5** : études de cas en période de pandémie.

Deux formules sont possibles, les entreprises qui choisissent un jour de formation auront en plus ces deux parties.

- **Partie 6** : recyclage 2020 (théorie).
- **Partie 7** : recyclage 2020 (bonus).

Pour qui ?

Secouriste en ordre de recyclage en 2018.

Formateur

Les formateurs expérimentés **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée ou 1 journée.
Nombre de participants limité.
Distance de sécurité de 1,50 m entre les participants.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Directives de sécurité à respecter. Détail sur demande.

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

REF. med_20/F/240 — Prix à la demande

Formation

Secourisme pédiatrique (0-12 ans)

Vous travaillez dans une institution qui prend en charge des nourrissons ou des enfants âgés de 0 à 12 ans ? Alors, il est indispensable de connaître les premiers gestes qui sauvent et de savoir les appliquer. Cette formation est faite pour vous et vos collaborateurs, vous permettant de maitriser les principes de base du secourisme et plus spécifiquement, de maitriser le secourisme pédiatrique.

Objectifs

Lors de cette formation, nous abordons principalement :

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

Contenu

- Les dangers typiques encourus par les enfants et les principes de base du secourisme.
- Exercice de réanimation d'enfants et de nourrissons sur mannequins selon les directives en vigueur de l'ERC.
- Manœuvres en cas d'étouffement.
- Position latérale de sécurité.

Pour qui ?

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

Formateur

Nos formateurs expérimentés et ayant bénéficié d'une formation médicale.

Infos pratiques

Durée : 1 journée. Maximum 12 personnes.

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

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

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

REF. med_20/F/221

Prix à la demande

Formation

Réanimation pédiatrique (0 à 12 ans)

Vous travaillez dans une institution qui prend en charge des nourrissons ou des enfants âgés de 0 à 12 ans ? Alors, il est indispensable de connaître les premiers gestes qui sauvent et de savoir les appliquer. Cette formation est faite pour vous et vos collaborateurs, vous permettant de maitriser les principes de base du secourisme et plus spécifiquement, de maitriser la réanimation pédiatrique.

Objectifs

Lors de cette formation, nous abordons principalement :

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

Contenu

- Le plan par étape de la réanimation selon les directives en vigueur de l'ERC.
- Exercices de réanimation d'enfants et de nourrissons sur mannequins.
- Manœuvres en cas d'étouffement.
- Position latérale de sécurité.

Pour qui ?

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

Formateur

Nos formateurs sont expérimentés et ont bénéficié d'une formation médicale.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Cette formation peut également se dérouler durant une journée avec un contenu adapté. Maximum 12 personnes.

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

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

REF. med_20/F/239

Prix à la demande

Formation

Défibrillateur Externe Automatisé – DEA

Un défibrillateur externe automatisé est installé dans votre institution mais êtes-vous sûr de savoir vous en servir correctement le moment venu ? Pour avoir les bons gestes et réflexes en cas d'urgence, vous avez l'opportunité, à travers cette formation, d'apprendre à vous servir correctement d'un DEA, ainsi que d'apprendre les premiers gestes de secours à appliquer.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Nos formateurs sont expérimentés et ont bénéficié d'une formation médicale.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique des participants et se construit selon un modèle de travail interactif. Les travailleurs participent donc activement tout au long de la formation, qui alterne la théorie aux exercices pratiques.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Cette formation peut également se dérouler durant une journée avec un contenu adapté. Maximum 12 personnes.

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

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

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

REF. med_20/F/222

Prix à la demande

Formation

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

Les minutes qui suivent un incident sont cruciales, tant pour prodiguer les premiers soins, que pour appeler efficacement les secours. Il est important qu'au sein de votre entreprise, du personnel soit formé à la prise en charge de blessés et ce, pour chaque lieu de travail.

Objectifs

Cette formation permet à tout travailleur d'apprendre à distinguer les bons gestes pour assurer une prise en charge adéquate et au besoin d'appeler correctement les secours.

Contenu

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

Pour qui ?

Tout public. Pas de prérequis exigé.

Formateur

Nos formateurs sont expérimentés et ont bénéficié d'une formation médicale.

Méthode utilisée

La formation part de l'expérience théorique des participants et se construit selon un modèle de travail interactif. Les travailleurs participent donc activement tout au long de la formation, qui alterne la théorie aux exercices pratiques.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Cette formation peut également se dérouler durant une journée avec un contenu adapté. Maximum 12 personnes.

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

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

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

REF. med_20/F/223

Prix à la demande

Formation

E-learning : premiers gestes et appel des secours

Les minutes qui suivent un incident sont cruciales, tant pour prodiguer les premiers soins que pour appeler efficacement les secours. Il est important qu'au sein de votre entreprise, du personnel soit formé à la prise en charge de blessés sur chaque lieu de travail.

Le format de e-learning permet d'apprendre les premiers gestes en situation d'urgence, et ce au rythme et aux moments qui vous conviennent le mieux.

Objectifs

Apprendre de façon ludique à :

- **distinguer les bons gestes pour assurer une prise en charge adéquate ;**
- **appeler efficacement les secours.**

Contenu

- Cadre légal.
- Qui prévenir ?
- Découverte des premiers gestes et appels d'urgence.
- Règles essentielles d'intervention.
- Appeler les secours.
- Gestes et réflexes : comment faire face aux hémorragies, aux brûlures, aux traumatismes locomoteurs, apprentissage de la technique de désobstruction d'une victime en train de s'étouffer.
- Réanimation cardio-pulmonaire avec l'utilisation du DEA.

Pour qui ?

Tout public. Pas de prérequis exigé.

Méthode utilisée

Formation en ligne : un lien sera transmis pour accéder à la formation. Ce lien sera valable 3 mois.

Pendant ce délai, le participant aura le loisir de faire ou refaire la formation autant de fois qu'il le souhaite (exercices, vidéos, etc.).

Infos pratiques

Durée : Cette formation est prévue pour une durée de 4 heures mais peut être suivie à votre meilleure convenance.

La formation peut être suivie autant de fois que désiré, dans l'ordre proposé ou en allant directement chercher les informations voulues.

Cette formation peut aussi bien se suivre sur smartphone, sur ordinateur, tablette ou tout autre appareil.

Le participant va apprendre via des jeux, des quizz, des vidéos interactives les bons gestes et va mémoriser les numéros à appeler en cas d'urgence, qu'il s'agisse d'une urgence vitale ou non.

Chaque participant recevra le cours en format PDF téléchargeable.

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

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

REF. med_21/F/246

Prix à la demande

Formation

Session d'information – Protection de la maternité

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

Objectifs

- **Rappeler les grandes lignes de la démarche d'évaluation du risque.**
- **Les obligations de la ligne hiérarchique.**
- **Les obligations des travailleurs.**
- **L'indemnisation en cas d'écartement.**

Contenu

Cette présentation débute par le cadrage des mesures relatives à la surveillance de la santé des travailleurs prévu dans le code du bien-être et les obligations légales qui concernent les travailleuses enceintes et les travailleuses allaitantes.

La session donne des directives pratiques pour une politique interne concrète.

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/224

Prix à la demande

Formation – Session d'information

Information annuelle en radioprotection

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

Objectifs

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

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

Contenu

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

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

Formateur

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

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

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

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

REF. med_20/F/225 — Prix à la demande

Formation - Sensibilisation

Diabète

Le diabète est la maladie du 21e siècle. On estime qu'un adulte sur dix souffre déjà du diabète en Belgique et on s'attend à une forte augmentation des cas dans les années à venir. En outre, de plus en plus de personnes souffrent de prédiabète qui est le stade préliminaire du diabète.
Le diabète et le prédiabète ont un impact inévitable sur le bien-être, la productivité et l'absentéisme au sein de l'entreprise.
Les travailleurs sur écran peuvent notamment diminuer leur risque de diabète en bougeant régulièrement.
Une visite régulière chez le médecin traitant et chez le spécialiste devient une nécessité.

Objectifs

- **Sensibilisation et prévention du diabète.**

Cette session complète parfaitement les formations relatives à l'ergonomie du travail sur écran et à l'importance de l'activité physique.

Contenu

Aspects abordés :

- l'incidence ;
- les complications ;
- le prédiabète ;
- la prévention.

À la fin de la formation, chaque travailleur peut déterminer son risque de diabète.

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Présentation PowerPoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/226 — Prix à la demande

Formation

Sédentarité et l'importance de l'activité physique

«Sitting disease is the new smoking»

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

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

L'ensemble des travailleurs.

Formateur

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

Méthode utilisée

Présentation PowerPoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/227

Prix à la demande

Formation – Session d'information – Les maladies infectieuses

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

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

Objectifs

Sensibilisation aux principales maladies infectieuses transmissibles par voie sanguine.

Contenu

Pour chaque maladie infectieuse, ces éléments sont abordés :

- incidence (fréquence) ;
- micro-organisme responsable ;
- voie de transmission ;
- symptômes ;
- complications ;
- prévention.

Pour qui ?

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

Formateur

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

Méthode utilisée

Présentation PowerPoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/228

Prix à la demande

Formation

Vivre sainement et avoir une capacité de résilience saine

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

Objectifs

Donner des conseils utiles pour une bonne santé au travail et au-delà.

Contenu

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

Pour qui ?

Pour tous les travailleurs.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Présentation PowerPoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/229

Prix à la demande

Formation – Session d'information

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

Cette information aborde les principaux aspects légaux entrés en vigueur suite à la législation relative à la réintégration conformément au code du bien-être au travail (Articles 1.4-72 à I.4-82).

Nous traitons plus particulièrement des conditions auxquelles doit répondre une demande pour être valable, ainsi que du suivi des travailleurs définitivement inaptes.

Nous abordons également brièvement les principaux aspects pouvant conduire à l'absentéisme et qui constituent dès lors des points déterminants de la politique de réintégration.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/230 — Prix à la demande

Formation

Reprise du travail en toute sécurité en période de pandémie

Revenir au travail en période de pandémie n'est pas toujours facile pour les collaborateurs qui se posent encore beaucoup de question au sujet de leur sécurité et surtout, de la sécurité de leurs proches. Les conseils et directives foisonnent de partout et glaner ces informations sur les réseaux sociaux, c'est prendre le risque au passage d'être mal informé. Proposer cette formation à vos collaborateurs c'est leur permettre de rencontrer des professionnels du milieu de la santé et de la sécurité au travail. D'une part, vous leur offrez une information de qualité et d'autre part, c'est une façon de bien prendre soin de vos équipes et d'assurer ainsi un retour au travail serein, en toute sécurité.

Objectifs

Rassurer tout un chacun, donner une information plus complète sur les consignes de sécurité pour éviter d'être contaminé lors d'une pandémie.

Contenu

- **Première partie** - Qu'est-ce que la pandémie ?
- **Deuxième partie** - Attitude et comportements (les bons réflexes à avoir, comment porter un masque, les types de masques, comment mettre et retirer des gants, le matériel de travail, …).
- **Quizz** (par un échanges de questions à choix multiples, un petit débat peut s'ouvrir sur les comportements à avoir en cas de pandémie, …).

Pour qui ?

Tout le monde. Aucune formation requise.

Formateur

Les formateurs expérimentés de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : 4 heures.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Nombre de participants limité.
Distance de sécurité de 1,50 m entre les participants.

Détail sur demande à academy@**cohezio**.be.

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

REF. med_20/F/241 — **Prix à la demande**

Formation – Session d'information

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

Nous assistons actuellement à un mouvement de glissement des traitements par cytostatiques des cliniques vers les polycliniques et les centres de traitement de jour. On constate également que les soins apportés à ces patients en milieu hospitalier se donnent de plus en plus souvent à domicile.

Cette session donne une vision globale concrète des obligations et des points essentiels.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Présentation PowerPoint et échanges interactifs.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/232

Prix à la demande

Formation

La vaccination contre la grippe pour les collaborateurs de la santé et les métiers de contact

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

Objectifs

Informer les travailleurs quant à la vaccination contre la grippe.

Contenu

Information.

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 30-45 minutes.

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

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

REF. med_20/F/235

Prix à la demande

Formation

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

Objectifs

Informer quant aux dangers de l'alcool et des drogues, ainsi que sur les dispositions légales pertinentes (CCT 100, …) en matière d'alcool et de drogues au travail.

Description du rôle des collègues et du dirigeant.

Description détaillée du rôle du conseiller en prévention-médecin du travail.

Contenu

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

Pour qui ?

Pour les dirigeants. Pour les membres du CPPT.

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Au vu des informations données, le conseiller en prévention-médecin du travail peut ensuite participer à l'étape logique suivante qui est la rédaction d'une politique en matière d'alcool et de drogues.

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

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

REF. med_20/F/236 — Prix à la demande

Formation

La prévention des accidents par piqûre

Cette formation s'adresse essentiellement au personnel infirmier qui peut être victime d'accidents par piqûre lors des vaccinations, prises de sang et autres actes.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. med_20/F/237

Prix à la demande

Formation

Le travail de nuit et le travail posté

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

Objectifs

Information concernant les différents types de travail de nuit et de travail posté, et concernant les dispositions légales.

Description de l'horloge biologique interne, des rythmes jour-nuit normaux.

Impact sur la santé en cas de perturbation de ces rythmes en raison du travail de nuit et du travail posté.

Description des mesures de prévention individuelles et collectives.

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Méthode utilisée

Formation suivie d'un questions-réponses interactif.

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

Il est très important d'avoir un sommeil sain, de bouger, de manger sainement et d'avoir un mode de vie sain. Cette hygiène de vie peut faire l'objet de formations distinctes dispensées aux travailleurs.

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

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

REF. med_20/F/238 — Prix à la demande

core

3. Aspects psychosociaux

Service

Sélection et formation sur mesure des personnes de confiance

Toute entreprise a la possibilité de désigner une ou des personnes de confiance au sein de son entreprise.

Cette personne, qui sera en général un travailleur de l'entreprise, aura pour mission de contribuer à la prévention des risques psychosociaux au travail, en accueillant, écoutant et soutenant les travailleurs en demande.

Les conseillers en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio** sont là pour vous accompagner dans les différentes étapes de cette sélection, afin de respecter les obligations légales qui s'y rapportent.

Objectifs

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

Contenu

La sélection d'une ou de plusieurs personnes de confiance ne s'improvise pas. Afin que la désignation se fasse dans les meilleures conditions possibles, dans le cadre de ce service, nous vous transmettons les étapes clés qui assurent un bon déroulement de ce recrutement.

- Mise en place d'un comité de pilotage afin d'établir le profil de fonction et l'appel à candidature.
- Appel à candidature et communication de la description du rôle et des missions de la personne de confiance.
- Screening des candidatures.
- Epreuve de sélection des candidats.
- Finalisation de la sélection en comité de pilotage.
- Présentation en Comité de Prévention.
- Réunion de clôture du comité de pilotage.

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/031

Prix à la demande

Service

Assuétudes : mieux les comprendre pour pouvoir mieux les gérer

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

Objectifs

L'objectif de cet accompagnement est triple :

- **vous aider à établir une politique interne écrite en matière de prévention et de gestion des assuétudes ;**
- **sensibiliser le personnel à la thématique ;**
- **former le management à la prévention et gestion de ce type de problématique.**

Contenu

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/032

Prix à la demande

Service

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

Conformément à la législation, l'employeur est tenu de prendre les mesures nécessaires pour : prévenir les risques psychosociaux au travail, prévenir les dommages découlant de ces risques, limiter les dommages au sein de son organisation. Pour ce faire, l'employeur se base sur les résultats de l'analyse de risques psychosociaux.

Cette analyse a pour objectif de fournir un état des lieux de la situation psychosociale d'une entreprise ou d'un groupe cible et de transmettre à l'employeur des recommandations lui permettant de prendre les mesures nécessaires.

Cohezio vous propose différentes méthodologies d'analyse de risques psychosociaux participative, chacune répondant aux besoins spécifiques de l'entreprise. La méthode des entretiens individuels est à privilégier lorsque le groupe ciblé par l'analyse est un groupe restreint ou en cas de gros conflits.

Objectifs

- **Obtenir une photographie de la situation à un moment donné, pour avoir des indications sur la manière d'améliorer le bien-être des travailleurs.**
- **Définir un plan d'action et développer et/ou adapter des stratégies de prévention.**

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Entretiens individuels.
- Traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport.
- Présentation du rapport au comité de pilotage.
- Présentation du rapport à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.
- Suivi du plan d'action plusieurs mois plus tard.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/033 — **Prix à la demande**

Service

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

Conformément à la législation, l'employeur est tenu de prendre les mesures nécessaires pour : prévenir les risques psychosociaux au travail, prévenir les dommages découlant de ces risques, limiter les dommages au sein de son organisation. Pour ce faire, l'employeur se base sur les résultats de l'analyse de risques psychosociaux.

Cette analyse a pour objectif de fournir un état des lieux de la situation psychosociale d'une entreprise ou d'un groupe cible et de transmettre à l'employeur des recommandations lui permettant de prendre les mesures nécessaires.

Cohezio vous propose différentes méthodologies d'analyse de risques psychosociaux participative, chacune répondant aux besoins spécifiques de l'entreprise. La méthode par questionnaires qualitatifs est à privilégier lorsque le groupe ciblé par l'analyse est un groupe restreint ou en cas de gros conflits. Cette méthode permet une expression écrite libre des travailleurs. Disponible en français, néerlandais et allemand.

Objectifs

- **Obtenir une photographie de la situation à un moment donné, pour avoir des indications sur la manière d'améliorer le bien-être des travailleurs.**
- **Définir un plan d'action et développer et/ou adapter des stratégies de prévention.**

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB
- Passation du questionnaire qualitatif.
- Traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport.
- Présentation du rapport au comité de pilotage.
- Présentation du rapport à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/034

Prix à la demande

Service

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

Conformément à la législation, l'employeur est tenu de prendre les mesures nécessaires pour : prévenir les risques psychosociaux au travail, prévenir les dommages découlant de ces risques, limiter les dommages au sein de son organisation. Pour ce faire, l'employeur se base sur les résultats de l'analyse de risques psychosociaux.
Cette analyse a pour objectif de fournir un état des lieux de la situation psychosociale d'une entreprise ou d'un groupe cible et de transmettre à l'employeur des recommandations lui permettant de prendre les mesures nécessaires.

Cohezio vous propose différentes méthodologies d'analyse de risques psychosociaux participative, chacune répondant aux besoins spécifiques de l'entreprise.

En 2007 **Cohezio** a développé son propre outil d'analyse des risques psychosociaux, via une méthode quantitative, baptisé, ARIPSO. Depuis sa conception, jusqu'aux mises à jours suite à des changements législatifs, l'outil a toujours été validé scientifiquement. ARIPSO est un questionnaire de 84 questions. Il existe dans les 3 langues nationales et permet un traitement assurant la confidentialité des données individuelles.

Objectifs

- **Obtenir une photographie de la situation à un moment donné, pour avoir des indications sur la manière d'améliorer le bien-être des travailleurs.**
- **Définir un plan d'action et développer et/ou adapter des stratégies de prévention.**

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Passation du questionnaire (possibilité online).
- Encodage et traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport intermédiaire.
- Présentation du rapport intermédiaire au comité de pilotage.
- Rédaction du rapport final.
- Présentation du rapport final à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.
- Suivi.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Le questionnaire peut être transmis soit via internet, soit via un courrier papier, soit lors de séances plénières de passation.
L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et des besoins spécifiques.

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

REF. psy_20/S/035 — **Prix à la demande**

Service

Baromètre Cohezio : analyse simple et rapide des risques psychosociaux

Conformément à la législation, l'employeur est tenu de prendre les mesures nécessaires pour prévenir ou limiter les risques psychosociaux au travail. Pour ce faire, l'employeur se base sur les résultats d'une analyse des risques psychosociaux. Cette analyse a pour objectif de fournir un état des lieux de la situation psychosociale d'une entreprise ou d'un groupe cible, et de transmettre à l'employeur des recommandations lui permettant de prendre les mesures nécessaires. **Cohezio** vous propose différentes méthodologies d'analyse des risques psychosociaux participative, chacune répondant aux besoins spécifiques de l'organisation.

Cohezio a développé le Baromètre **Cohezio**, qui offre une solution pragmatique pour faire une analyse quantitative des risques psychosociaux répondant aux exigences légales. L'outil se compose d'environ 40 questions (temps de remplissage : 10 minutes) et est disponible en français, néerlandais et anglais. Les questions sont formulées de manière claire, dans un langage simple et accessible à tous.

Le Baromètre **Cohezio** convient aux petites et grandes organisations et peut être utilisé de manière informatisée, quel que soit le moyen utilisé : smartphone, tablette, ordinateur.

Objectifs

- **Obtenir une photographie rapide et générale de la situation à un moment donné, pour avoir des indications sur la manière d'améliorer le bien-être des travailleurs.**
- **Définir un plan d'action et développer et/ou adapter des stratégies de prévention.**

Contenu

- **Analyse de la demande et préparation.**
- **Passation du questionnaire online qui analyse les différentes dimensions du travail mais également les conséquences possibles des risques psychosociaux : stress, conflit et comportement indésirable au travail.**
- **Traitement des données et rédaction d'un powerpoint présentant des pistes pour le plan d'action.**
- **Présentation des résultats à l'employeur.**

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Questionnaire en ligne (via ordinateur, smartphone ou tablette).

Disponible en français, néerlandais et anglais.

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

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

REF. psy_21/S/339

Prix à la demande

Service

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

Conformément à la législation, l'employeur est tenu de prendre les mesures nécessaires pour : prévenir les risques psychosociaux au travail, prévenir les dommages découlant de ces risques, limiter les dommages au sein de son organisation. Pour ce faire, l'employeur se base sur les résultats de l'analyse de risques psychosociaux.

Cette analyse a pour objectif de fournir un état des lieux de la situation psychosociale d'une entreprise ou d'un groupe cible et de transmettre à l'employeur des recommandations lui permettant de prendre les mesures nécessaires.

Cohezio vous propose différentes méthodologies d'analyse de risques psychosociaux participative, chacune répondant aux besoins spécifiques de l'entreprise.

La méthode par entretiens de groupe permet de récolter des données qualitatives lors de groupes de discussion d'une durée de 3h.

Objectifs

- **Obtenir une photographie de la situation à un moment donné, pour avoir des indications sur la manière d'améliorer le bien-être des travailleurs.**
- **Définir un plan d'action et développer et/ou adapter des stratégies de prévention.**

Contenu

- Préparation.
- Comité de pilotage.
- Participation au CPPT/CCB pour présentation de la démarche.
- Entretiens de groupe.
- Traitement des données recueillies.
- Rédaction d'un rapport.
- Présentation du rapport au comité de pilotage.
- Présentation du rapport à l'employeur au CPPT/CCB ainsi qu'aux travailleurs.
- Accompagnement de l'employeur à la rédaction et à la mise en place du plan d'action.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/036

Prix à la demande

Service

Accompagnement lors d'un événement potentiellement traumatisant

Vos collaborateurs ont été témoins d'un événement grave sur votre lieu de travail ? Un décès, un accident de travail, ou encore des violences internes / externes ?

Cohezio est là pour vous aider à prévenir les risques d'impacts négatifs sur les travailleurs et l'organisation, et à limiter les dommages pouvant en découler.
Pour ce faire, nous pouvons vous aider tant dans la mise en place d'un dispositif de crise (création d'une politique interne) que dans la prise en charge de l'accompagnement collectif et/ou individuel des travailleurs en souffrance.

Objectifs

- **Création d'une politique interne à la gestion des événements potentiellement traumatisant.**
- **Prise en charge individuelle et/ou collective des travailleurs en souffrance suite à l'exposition à un tel événement.**
- **Accompagnement du management durant cette période et après pour réalisation d'un bilan de la gestion de crise.**

Contenu

En guise de prévention, donc avant tout événement potentiellement traumatisant, des mesures peuvent être mises en place avec l'aide des experts de **Cohezio**.

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

Dans le cas où un événement potentiellement traumatisant a déjà eu lieu, les experts de **Cohezio** sont à votre disposition.

- Au moment même de l'événement, nos experts conseillent l'employeur / la ligne hiérarchique à la gestion de l'événement en interne.
- Peu de temps après l'événement (période d'assimilation), nos experts réalisent des interventions adaptées collectives et/ou individuelles avec les travailleurs impliqués directement ou indirectement.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/037

Prix à la demande

Service

Souffrance au travail : intervention psychosociale individuelle

Surmenage, harcèlement, violence, stress, conflits, burnout, … Les cas de souffrance au travail sont de plus en plus nombreux en Belgique. Les causes sont multiples et se cumulent généralement pour former des problématiques individuelles complexes. Dans la législation, l'ensemble de ces difficultés sont reprises sous l'appellation «risques psychosociaux».

Les conseillers en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio** sont là pour accompagner les travailleurs en situation de souffrance au travail.

Objectifs

Tout travailleur, estimant être soumis à des risques psychosociaux, peut demander un rendez-vous avec un conseiller en prévention-aspects psychosociaux.

Ce dernier :

- **accueille le travailleur en toute confidentialité ;**
- **lui offre une écoute et un cadre sécurisant pour évoquer sa situation ;**
- **conseille le travailleur ;**
- **envisage avec le travailleur les différentes possibilités d'action pour solutionner sa situation problématique ;**
- **traite la demande du travailleur en toute impartialité.**

L'objectif est d'aider le travailleur à y voir plus clair sur sa situation de travail et à envisager des solutions.

Contenu

La prise en charge d'une demande d'intervention psychosociale individuelle s'articule en trois étapes.

- Le travailleur qui estime être soumis à des risques psychosociaux prend contact avec le secrétariat psychosocial (**FR** 02 533 74 88 - **NL** 02 533 74 44 - **DE** 02 533 98 77).
- Le travailleur reçoit et remplit le «questionnaire demandeur» et le renvoie au secrétariat psychosocial.
- Un premier entretien d'écoute, d'accueil et de conseil avec le conseiller en prévention-aspects psychosociaux est organisé. Suite à ce premier entretien, si le travailleur ressent le besoin d'aller plus loin, il a la possibilité d'entamer :
  - **soit une demande d'intervention psychosociale informelle ;**
  - **soit une demande d'intervention psychosociale formelle.**

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. psy_20/S/038 — Prix à la demande

Service

Accompagnement d'un manager d'une équipe en difficulté

Toute équipe peut être amenée un jour à vivre une situation de crise dont les causes et les conséquences peuvent être multiples : réorganisation, conflit, turnover et/ou absentéisme important, … Le manager tiendra alors un rôle clé dans la gestion de cette situation. Pour y parvenir, nous vous proposons un accompagnement sur mesure et l'acquisition de nouveaux outils.

Objectifs

Cet accompagnement apportera un soutien, un éclairage et des outils au responsable en charge d'une équipe en crise.

L'objectif est de l'aider à analyser la situation, à gérer la crise et à la dépasser.

En outre, l'acquisition de nouvelles compétences aidera le manager à prévenir de futurs problèmes similaires.

Contenu

- Réunion d'analyse de la situation et établissement d'un plan d'accompagnement (au cas par cas, en fonction de la complexité de la situation).
- Au cours des entretiens individuels, le conseiller en prévention-aspects psychosociaux aidera le membre de la ligne hiérarchique à comprendre les éléments ayant conduit à cette situation et à prendre conscience de ses propres réactions face aux difficultés rencontrées. De plus, une réflexion sera menée sur la meilleure manière de faire face à la situation et à la dépasser. Le manager recevra une série d'outils lui permettant de gérer au mieux la situation et de prévenir sa réapparition.
- Des réunions intermédiaires peuvent avoir lieu en cours de processus afin d'évaluer, au besoin, le plan d'accompagnement.
- Une réunion de clôture annoncera la fin de la mission d'accompagnement du conseiller en prévention-aspects psychosociaux.

Pour qui ?

Toute personne ayant une fonction de leader, dirigeant une équipe ou un projet.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : à convenir en fonction de la complexité de la situation.

Contact - Secrétariat psychosocial :
FR 02 533 74 88
NL 02 533 74 44
DE 02 533 98 77

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

REF. psy_20/S/335

Prix à la demande

Service

Accompagnement d'une équipe en crise

Toute équipe peut être amenée un jour à vivre une situation de crise dont les causes et les conséquences peuvent être multiples : conflit, turnover et/ou absentéisme important, etc. L'accompagnement de l'ensemble de l'équipe peut alors s'avérer indispensable afin de retrouver un bien-être au travail.

Objectifs

Au travers d'une série de rencontres (individuelles et/ou collectives), le conseiller en prévention-aspects psychosociaux accompagnera l'équipe afin de comprendre les éléments ayant amené à l'état de crise ou de souffrance ainsi que ses mécanismes.

L'objectif étant d'aboutir à des actions concrètes permettant de sortir ensemble de la crise.

Contenu

- Réunion d'analyse de la situation en présence d'un représentant de l'employeur et du manager de l'équipe concernée. Cette réunion aura pour objectif d'identifier la situation actuelle, les objectifs du management et d'établir un plan d'accompagnement.
- Plusieurs rencontres collectives et/ou individuelles seront organisées (la quantité et la récurrence de ces réunions seront dépendantes de la complexité de la situation). Des outils de résolutions de problèmes seront utilisés afin de faciliter la communication, favoriser la créativité dans la recherche de pistes de solution et mener à des actions concrètes permettant de sortir de la situation difficile.
- Une réunion d'évaluation du processus sera organisée à mi-parcours entre le conseiller en prévention-aspects psychosociaux et les participants à la première réunion.
- Une réunion de clôture avec l'ensemble des participants annoncera la fin de la mission d'accompagnement du conseiller en prévention-aspects psychosociaux.

Pour qui ?

Pour toute équipe vivant une situation de souffrance.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : à convenir en fonction de la complexité de la situation (en moyenne 5 à 6 rencontres / réunions).

Contact - Secrétariat psychosocial :
FR 02 533 74 88
NL 02 533 74 44
DE 02 533 98 77

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

REF. psy_20/S/336

Prix à la demande

Service

Sensibilisation du management à la gestion de crise – Cas spécifique de pandémie

Nous vivons depuis plusieurs mois une situation inédite de crise qui nous affecte tant sur le plan personnel que professionnel. Dans les entreprises, le rôle de soutien et d'accompagnement tenu par le manager est plus important que jamais. Pour outiller au mieux les membres de la ligne hiérarchique, nous vous proposons une séance de sensibilisation spécifique sur le rôle du management en temps de crise.

Objectifs

Cette sensibilisation permettra aux managers de mieux appréhender les risques psychosociaux spécifiques au contexte de crise actuel (crise du coronavirus) afin qu'ils soient outillés pour les prévenir, les détecter et les gérer.

Nous proposons des outils pratiques pour maintenir l'esprit d'équipe, contribuer au bien-être de ses collaborateurs, réagir aux réactions anxieuses et faire respecter les nouvelles règles en vigueur.

Contenu

- Les risques psychosociaux spécifiques à la période de crise que nous vivons actuellement : confinement et déconfinement.
- Rôle du management en cette période de crise : durant la période de confinement, en préparation au déconfinement, en période de déconfinement
- Importance de la communication en période de crise
- Comment contribuer au bien-être de ses collaborateurs en période de crise ?
- Comment encadrer ses collaborateurs dans un nouveau contexte, avec de nouvelles règles de fonctionnement ?

Pour qui ?

Toute personne ayant une fonction de leader, dirigeant une équipe ou un projet.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : 2 heures.
Lieu : en webinaire ou en présentiel (si garantie des distances de sécurité).

Contact - Secrétariat psychosocial :
FR 02 533 74 88
NL 02 533 74 44
DE 02 533 98 77

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

REF. psy_20/S/337

Prix à la demande

Service

Trouver un nouvel équilibre après une crise

Les crises sanitaires, sociétales ou encore économiques sont inévitables et déstabilisent les entreprises. Pour trouver un nouvel équilibre, il s'agit de repenser la manière de travailler en tenant compte de la dimension psychosociale, pour encourager la motivation et l'engagement des travailleurs ainsi que leur adhésion aux changements nécessaires.

Comment vos collaborateurs ont-ils traversé cette crise ? Quels sont leurs besoins, leurs difficultés ? Qu'en est-il du télétravail ? Comment cela a-t-il été vécu par les travailleurs et les managers ? Faut-il le développer ,et si oui, comment ? Que peut-on tirer comme enseignement de la crise traversée et comment mieux se préparer à une autre crise possible ?

Nous vous proposons de pouvoir détecter rapidement les différents facteurs de risques psychosociaux liés à la crise vécue au sein de votre entreprise, en fonction de votre situation particulière via notre questionnaire Q-Rise. Cette analyse est le point de départ pour élaborer ensemble, sur mesure, un plan d'action qui vise à définir cette nouvelle manière de travailler, plus efficace. Nous pouvons vous conseiller et vous accompagner tout au long de la réalisation de ce plan d'action.

Objectifs

L'objectif final est de vous permettre de développer une politique globale en matière de gestion de crise, en procédant en 2 étapes.

- **Obtenir un bilan sur la manière dont la crise a été vécue à différents niveaux (organisationnel, relationnel, …) selon chaque profil de fonction ce qui permettra d'identifier les points d'amélioration et les points forts de l'entreprise au niveau psychosocial.**
- **Sur base de ce bilan, évaluer la gestion qui a été mise en place par l'entreprise et l'adapter aux besoins actuels (de reprise des activités post-crise) et aux besoins futurs (de se préparer à une prochaine crise).**

Contenu

Analyse de la demande et adaptation du questionnaire selon les besoins.

Le questionnaire Q-Rise se compose de trois modules utilisables séparément (selon vos priorités) :

- évaluation des facteurs de risques psychosociaux en période de crise ;
- évaluation de la charge émotionnelle en période de crise (élaborée en collaboration avec notre partenaire BAO) ;
- évaluation de la mise en place du télétravail.

Collaboration à l'élaboration du plan d'action et accompagnement pour sa réalisation.

Pour qui ?

Pour toute équipe vivant une situation de souffrance.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio** au niveau de l'analyse des risques. L'accompagnement pourra se faire en collaboration avec BAO en fonction du plan d'action déterminé.

Infos pratiques

Le questionnaire peut être complété soit en ligne, soit par papier. L'intervention fait l'objet d'une offre de prix forfaitaire déterminée en fonction de la taille de l'entreprise et **des besoins spécifiques.**

Prix : 29 UP

Contact - Secrétariat psychosocial : sec.rim@**cohezio**.be
FR 02 533 74 88
NL 02 533 74 44
DE 02 533 98 77

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

REF. psy_20/S/338 — Prix à la demande

Service

Check-up psychosocial

Notre volonté est d'optimaliser le capital santé de vos travailleurs. La détection précoce des problèmes de santé permet en effet d'en limiter considérablement la durée et la gravité. Garantir le bien-être, la santé mentale et physique des travailleurs est aujourd'hui incontournable.

Le Check-Up psychosocial est un service unique proposé par **Experconsult**. De nos jours, quelle entreprise n'est pas confrontée au stress, aux burnout et à tout autre problème de ce type. L'entreprise a tout intérêt à prévenir au maximum possible les arrêts de travail dus au stress ou aux problèmes psychosociaux de groupe ou même personnels.

Le Check-Up psychosocial est organisé, en TOTALE confidentialité avec le collaborateur. L'entretien sera organisé avec un de nos psychologues pendant une heure.

Avec le Check-Up psychosocial, Experconsult innove au service des personnes et de l'entreprise. Au plus vite les problèmes sont connus, au plus vite il est possible pour le collaborateur de se prendre en main.

Le Check-Up psychosocial ne se substitue pas à la politique interne de prévention des risques psychosociaux qui reste une action obligatoire pour chaque entreprise active en Belgique. Il est cependant une façon noble de faire parfois prendre conscience aux collaborateurs de leurs limites, et a pour seul but de les aider à voir clair et à prendre des mesures adéquates le cas échéant.

Objectifs

- **Promouvoir la santé et le bien-être des travailleurs au niveau individuel et collectif.**
- **Détecter les facteurs de risques et les problèmes individuels.**
- **Prévenir le risque de burn-out.**

Contenu

- Dépistage des facteurs de risque grâce à un questionnaire psychologique.
- Dépistage des problèmes psychosociaux grâce à un entretien psychologique.
- Rapport individuel pour chaque bénéficiaire.

Prestataires

Psychologues.

Infos pratiques

Durée de l'entretien : 1 heure.

Le check-up psychosocial peut être choisi en complément du check-up médical. Il fait partie intégrante du check-up EXPERT.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. psy_20/S/219

Prix à la demande

Formation

Personnes de confiance

La législation relative à la prévention des risques psychosociaux au travail (titre 3 relatif à la prévention des risques psychosociaux au travail du livre I du code du bien-être au travail) oblige l'employeur à mettre en place une politique interne de prévention et des procédures relatives à celle-ci. Il peut également désigner des personnes de confiance. Dans ce cas, il doit veiller à ce que les personnes de confiance disposent, dans les deux ans qui suivent leur désignation, des compétences en termes de savoir-faire et des connaissances requises à l'exercice de leurs missions.
La formation dispensée par **Cohezio** permet aux personnes de confiance de répondre aux prescrits légaux, d'appréhender au mieux le cadre de leurs missions et de développer des compétences pour mener des entretiens interpersonnels.

Objectifs

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

Contenu

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

A l'issue de la formation, les personnes de confiance formées, et qui le souhaitent sont intégrées dans le réseau de suivi de formation continue de **Cohezio**.

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 5 jours.
De 8 à 12 participants maximum.

Participation obligatoire à l'ensemble des journées, lors d'une même session.

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

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

REF. psy_20/F/310 — Prix à la demande

Recyclage / Supervision

Personnes de confiance

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

Objectifs

La journée de recyclage a pour but d'approfondir les connaissances et d'optimaliser les compétences des personnes de confiance.

Ces échanges d'expériences trouvent leur place dans une atmosphère de confidentialité. Cela donne également la possibilité aux personnes de confiance de créer leurs réseaux entre professionnels (networking).

Contenu

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

De manière générale, la formation se déroule comme suit :

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

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

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

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

REF. psy_20/F/311

Prix à la demande

Formation

Sensibilisation des managers aux techniques de réinsertion professionnelle

Les chances de retour au travail sont inversement proportionnelles à la durée de l'incapacité de travail. Dès lors, les prises de contact durant l'absence d'un collaborateur et lors de son retour au travail sont indispensables.
Ces entretiens sont également l'occasion de converser avec le travailleur sur les modalités de sa réinsertion dans l'organisation. Le but est de bien comprendre les raisons de son absence pour éviter une répétition dans l'avenir.
La conduite de ces 2 types d'entretien (durant et après l'absence) ne s'improvise pas et il est essentiel d'y former les managers, ainsi qu'à la problématique globale de l'absentéisme. Bien entendu, l'idéal étant d'anticiper les absences, et de veiller à pallier aux risques psychosociaux avant d'éventuelles conséquences sur les travailleurs.

Objectifs

Sensibiliser les managers aux techniques de réinsertion professionnelle.

Contenu

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Sensibilisation d'une journée avec mise en place d'exercices pratico-pratiques collant à la réalité de terrain des managers. Pour ce faire, il serait adéquat que les exercices soient co-construits avec un membre des RH.

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

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

REF. psy_20/F/312

Prix à la demande

Formation – Sensibilisation de la ligne hiérarchique

Prévenir les risques psychosociaux au travail

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

Objectifs

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

Contenu

- Cadre légal du bien-être psychosocial au travail : présentation de la loi et des obligations de l'employeur, de la ligne hiérarchique et des travailleurs.
- Définitions et exemples de risques psychosociaux.
- Procédure de traitements des demandes d'intervention psychosociales informelles et formelles.
- Rôle de la ligne hiérarchique.
- Rôle des différents acteurs de la prévention, information sur le registre de faits de tiers.

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. psy_20/F/313

Prix à la demande

Formation – Sensibilisation du personnel

Prévenir les risques psychosociaux au travail

Le titre 3 relatif à la prévention des risques psychosociaux au travail du livre I du code du bien-être au travail oblige les employeurs à informer l'ensemble de leurs travailleurs sur la procédure interne en vigueur par rapport aux risques psychosociaux.

Ces séances de sensibilisation ont pour but d'informer les travailleurs sur la loi relative à cette problématique et ses implications pratiques. Les participants prendront connaissance de la manière dont ils peuvent apporter leur soutien à la politique de prévention mise en place par leur employeur.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

Tout le monde.

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 50 participants.

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

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

REF. psy_20/F/314 — Prix à la demande

Formation

Gérer les conflits au travail

Les tensions, les désaccords, les conflits entre collègues font partie du quotidien dans les groupes. Ces situations peuvent causer une charge psychosociale supplémentaire et influencer la motivation au travail, entre autres.
Il est essentiel de gérer les conflits avant qu'ils ne prennent une forme exacerbée, et n'arrivent à un point de non-retour.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 à 2 jours. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. psy_20/F/318

Prix à la demande

Formation

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

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

Objectifs

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

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

Contenu

- Caractéristiques d'un événement choquant et potentiellement traumatisant.
- Réactions des personnes impliquées (phase de choc et d'impact, phase d'assimilation).
- Conséquences psychologiques individuelles et collectives.
- Besoins des personnes impliquées.
- Principes d'intervention.
- Accompagnement des personnes impliquées et stratégies d'intervention.
- Cela se fera en alternant la partie théorique et la mise en pratique (mises en situation, analyse de cas, jeux de rôle, …).

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 12 personnes.

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

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

REF. psy_20/F/320 — **Prix à la demande**

Formation

La gestion des âges en entreprise (CCT104)

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

Quels sont les éléments que doit comporter le plan pour l'emploi ?
Comment établir ce type de plan ?

Cette formation offre des outils pour établir soi-même un plan pour l'emploi.

Objectifs

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. psy_20/F/321

Prix à la demande

Formation

E-learning : comment aborder la diversité ?

La diversité se trouve au sein de chaque entreprise, que ce soit au niveau des travailleurs et des clients, fournisseurs ou usagers. Comment se définit-elle ? Comment la concevoir comme un atout et une opportunité ? Quels sont les pièges à éviter ? Cet e-learning est une introduction à cette thématique et permet une diffusion simple et rapide de quelques concepts et conseils, de manière didactique et vivante.

Objectifs

- **Comprendre ce que le terme de diversité recouvre et le cadre légal dans lequel il est utilisé.**
- **Bénéficier de conseils pratiques pour aborder positivement la diversité au sein d'une entreprise.**

Contenu

- En quoi la diversité est présente au sein de chaque entreprise ?
- Que recouvre la notion de diversité ?
- Quelles sont les personnes visées par la diversité ?
- En quoi sommes-nous tous concernés par la diversité au sein de notre entreprise ?
- Quelles sont les similitudes et les différences entre diversité, non-discrimination et égalité professionnelle ?
- 8 conseils et astuces pour bien appréhender la diversité sur son lieu de travail.
- En quoi la gestion de la diversité au travail fait partie intégrante de la prévention des risques psychosociaux et donc du bien-être au travail ?

Les différents modules sont présentés de manière variée, dynamique, avec des petits exercices pratiques et interactifs.

Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique, les collaborateurs des ressources humaines et toute autre personne souhaitant aborder la diversité de façon professionnelle.

Prestataires

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio** est à votre disposition pour vous conseiller au sujet de la gestion de la diversité.
Une formation d'approfondissement de la thématique et/ou l'accompagnement à la mise en place d'une politique de diversité sont possibles à la suite de cet e-learning.

Infos pratiques

Langue : français ou néerlandais.
Durée : 1h.
Peut être suivi à votre meilleure convenance.

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

REF. psy_21/F/329

Prix à la demande

Formation

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

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

La formation est axée sur des thèmes tels que l'alimentation, le sommeil, l'activité physique, le soin de soi, l'attention et la concentration, l'assertivité, les contacts sociaux. Cette formation contribue ainsi à mettre en place un équilibre travail-vie privée optimal, et permet de contrer le stress et le burnout.

Objectifs

Au travers d'un atelier interactif, nous souhaitons expliquer le concept de résilience et proposer des outils pratiques pour garder son stress en équilibre et pour cultiver l'enthousiasme.

Outre quelques brèves définitions théoriques, l'atelier comporte principalement des trucs et astuces pour augmenter tant la résilience physique que mentale, afin de permettre aux collaborateurs de mettre tout cela en pratique au quotidien.

Dans cette optique, cet atelier est donné en duo par le conseiller en prévention-médecin du travail et le conseiller en prévention-aspects psychosociaux.

Contenu

L'atelier se compose des éléments suivants :

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

L'atelier alterne théorie et pratique.

L'interaction avec les participants occupe une place prépondérante.

Les différents concepts sont abordés et les participants mettent en pratique les différents trucs et astuces.

Pour qui ?

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

Formateur

Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : 1 journée.

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

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

REF. bao_20/F/322

Prix à la demande

Formation

Atelier : la résilience corporelle

Cette journée découverte autour du mouvement, de l'automassage, de la danse et de la pratique du yoga (simple) vous met à l'écoute de la sagesse de votre corps afin de disposer de ses précieux conseils et de vous (re)connecter à vous-même.
(Ré-)Habiter son corps doit être considéré comme l'étape initiale de tout processus de bien-être car il vous permet un état de conscience complet. En effet, notre corps a les réponses à toutes nos questions : en prendre conscience génère une meilleure maitrise de la vie et la sensation de liberté.
Des études ont prouvés que nous avons 3 centres d'intelligence mais que nous avons tendance à prioriser le cérébral.

Objectifs

Durant cette journée, nous partirons à la découverte des autres centres d'intelligence en utilisant l'ensemble de notre corps.

A l'issue de cette journée, vous aurez expérimenté plusieurs pratiques corporelles et serez aptes à refaire chez vous celles qui vous seront les plus salutaires.

Contenu

Il s'agit d'une découverte très complète et modulable en fonction des besoins des participants et du temps que vous avez choisi d'y consacrer. Les participants décrivent cette journée comme étant l'apprentissage de «vacances en soi».

Nous alternerons différentes pratiques corporelles incluant :

- la découverte du rythme et de son propre rythme ;
- bouger selon le mouvement authentique de notre corps pour lui faire du bien ;
- la respiration : un mouvement de profondeur à l'intérieur de notre corps ;
- des moments d'automassages ;
- les postures de yoga selon le do in, le taoïsme ou autres ;
- les effets bienfaisants de la neurobiologie ;
- des petits moments de méditations en lien avec notre vécu corporel.

Pour qui ?

Pour toutes les personnes, quelles que soient leur condition physique.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, formés à la thérapie du mouvement et du yoga.

Infos pratiques

Durée : cette formation peut se donner en 1 journée ou en demi-journée.
Lieu : La formation sera donnée dans les locaux de votre organisation.
Tenue décontractée, tapis de sol (coussin et couverture) sont à apporter.

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

REF. bao_20/F/337 — **Prix à la demande**

Formation

Prévenir et gérer le stress

L'enthousiasme et le stress sont contagieux. Alors, piqûre ou vaccin ?

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

Objectifs

Avoir une bonne visibilité sur votre propre fonctionnement face au stress.

A partir de cette connaissance, vous apprenez à mieux prendre soin de vous avec des outils concrets.

En bonus, comment fonctionner avec ceux autour de vous qui sont stressés ?

Contenu

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

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/324

Prix à la demande

Formation

Prévenir et gérer le stress par les techniques de respiration

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

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

Objectifs

Beaucoup d'entre nous ressentent le stress d'une vie trépidante, une difficulté grandissante à vivre sereinement dans le respect de leurs valeurs personnelles, un sentiment d'impuissance face à une machine qui s'emballe. Comme une déconnexion, un manque d'alignement, une tension physique qui grandit, une impression de courir de plus en plus vite, d'atteindre une limite... D'être à bout de souffle ?

Et si nous nous reconnections à ce simple outil «anti-burnout» qu'est la respiration ?
La respiration consciente connectée est une réponse moderne et adaptée au monde du 21e siècle pour améliorer et préserver notre qualité de vie, nous permettre un état de relaxation et de bien-être profond, une transformation des énergies et des états émotionnels. Un outil accessible à chacun, tout ce qu'il y a de plus naturel, pour un mieux-être immense et immédiat. C'est une autre façon de découvrir nos blocages, de les expérimenter consciemment et de les lâcher. Une voie privilégiée pour retrouver son élan vital, pour récupérer après un burnout ou le prévenir dès les signes avant coureurs.

Contenu

- Explications du travail avec le souffle, de ses applications et de ses effets et activation corporelle via exercices divers.
- Les vertus du travail par le souffle ont été soulignées depuis toujours dans les courants culturels du monde entier : dans les médecines ayurvédiques ou chinoises, dans les pratiques de la relaxation, du mindfulness, du yoga, de la méditation, dans le sport de haut niveau, dans l'étude du système nerveux par la médecine occidentale, …
- La respiration connectée, et l'apport intensif d'oxygène à notre système qu'elle crée, nous fait vivre une intense connexion avec nous-mêmes, avec notre nature profonde, avec notre souffle essentiel de vie. Nous explorons plusieurs techniques de ces traditions et pourrons continuer le travail chez nous, éventuellement avec accompagnement musical.

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 4 x 1 demi-journée.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Tenue décontractée, tapis de sol sont à apporter.

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

REF. bao_20/F/325 — **Prix à la demande**

Formation

Prévenir et gérer le stress par le yoga

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

Objectifs

Le yoga est une discipline très ancienne mais toujours d'actualité qui permet de prendre soin de son bien-être mental, physique et spirituel. En apprenant des exercices très simples mais de façon approfondie vous travaillerez sur ces 3 centres énergétiques simultanément, ce qui procure non seulement vitalité mais également une détente profonde.

Dans cet état, vous pouvez alors accéder à votre être authentique, réceptif et ouvert au moment présent et aux personnes et événements qui font partie de votre environnement. Vous serez plus serein, moins stressé face aux différentes situations auxquelles vous devez faire face et en pleine connexion avec votre élan vital. De plus, l'utilisation du mouvement et de la respiration a comme conséquence d'améliorer la structure du corps, de le renforcer et l'assouplir progressivement.

Cette formation vous permettra d'avoir une idée précise de ce qu'est le yoga et de ses effets bénéfiques, mais aussi de ressentir un réel sentiment de bien-être.

Contenu

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

Les participants expérimenteront différents types et aspects du yoga :

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

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Tenue décontractée, tapis de sol sont à apporter.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/326

Prix à la demande

Formation

Prévenir et gérer le stress par la «Mindfulness»

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

Objectifs

La pleine conscience, c'est apprendre à être présent, vraiment présent à ce que l'on vit.
La pleine conscience nous aide à calmer nos esprits bouillonnants, nos questions incessantes, nos inquiétudes, nos constructions anxieuses du futur.
Elle nous aide à lâcher prise, nous ouvrant la possibilité d'être plus engagé dans nos vies.

De nombreuses études scientifiques ont démontré que la pratique augmente les capacités de résistance face au stress, au burnout et à la dépression. Par des exercices d'attention, vous apprenez à quitter le mode «pilote automatique», à porter votre attention à ce qui est déjà là dans le moment présent, à laisser passer vos pensées sans vous y accrocher.

La pratique de la pleine conscience nous amène à faire des choix plus conscients, à mieux gérer nos émotions, être plus serein. Grâce à cette formation, vous pourrez commencer à intégrer la «Mindfulness» dans votre vie quotidienne.

Contenu

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

Les participants expérimenteront la «Mindfulness» via :

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 4 x 1 demi-journée.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Tenue décontractée, tapis de sol sont à apporter.

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

REF. bao_20/F/327 — **Prix à la demande**

Formation

Gérer et prévenir le burnout dans son entreprise (CODIR)

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

Objectifs

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

- **sensibiliser le comité de direction à l'impact du burnout dans l'entreprise ;**
- **comprendre les raisons pour lesquelles le burnout peut s'y déclarer et en identifier les signes avant-coureurs ;**
- **diagnostiquer des dysfonctionnements dans l'entreprise qui peuvent conduire au burnout ;**
- **envisager de façon assertive des pistes de solutions pour recréer enthousiasme, sérénité et efficacité dans l'entreprise ;**
- **présenter le cadre légal du bien-être au travail grâce au support d'un conseiller en prévention (option).**

Contenu

L'accent est mis sur les échanges entre participants, les apports théoriques sont directement appliqués à des exemples concrets issus de la réalité des personnes présentes.

Nous aborderons le programme entre autres via des processus de peer coaching et d'intelligence collective.

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

Pour qui ?

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

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, et en option, un Conseiller en Prévention.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : La formation peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/329

Prix à la demande

Formation

Diminuer sa sensibilité au burnout

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

Objectifs

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

Il s'agira dès lors :

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

Contenu

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

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/330 — **Prix à la demande**

Formation

Se relever d'un burnout

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

Objectifs

La décision de reprendre le travail est bien souvent liée à une récupération de son énergie physique, de ses ressources et de son équilibre mental, intellectuel et émotionnel.

L'objectif de ce module est de protéger et de renforcer ses acquis en restant vigilant, en affirmant ses besoins et en mettant ses limites. Plutôt que mettre (encore) l'accent sur les problèmes, nous préférons accompagner les participants à renforcer et maintenir leur élan vital.

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

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

Contenu

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

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/331

Prix à la demande

Formation

Prévenir le burnout dans son équipe

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

Objectifs

Conscientiser les managers des signaux avant-coureurs du burnout dans son équipe.

Il s'agit de changer réellement et durablement les comportements et habitudes des managers en les sensibilisant à l'utilité de la «double casquette» de Manager et de Coach en fonction des situations vécues sur le terrain, c'est-à-dire de développer leur compétence d'écoute, de soutien.

C'est en développant ses compétences de coach que le manager préviendra au mieux le burnout au sein de son équipe.

Contenu

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

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

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/332 — **Prix à la demande**

Formation

Réagir au burnout dans son équipe

Le burnout n'est pas l'affaire d'un seul individu. Quand une personne est touchée, cela a un impact sur toute l'équipe et l'équipe a un impact majeur lors du retour au travail du collaborateur.
Comment le team gère-t-il les différentes émotions que le burnout entraîne sachant que ce qui doit primer est la qualité du travail pour tous ?

Objectifs

Même si le temps disponible diminue encore lorsqu'un collaborateur s'absente pour raisons de burnout, il est essentiel de prendre le temps de s'arrêter pour gérer de façon optimale les circonstances actuelles.

Un travail de prévention est aussi primordial pour éviter encore plus de cas de burnout et pour assurer les résultats attendus dans le service.

Comment trouver ce juste équilibre ?

Contenu

L'accent est mis sur le pratico-pratique du quotidien des participants : comment ils abordent et appréhendent la situation actuelle, où cela bloque, à quoi se raccrocher effectivement ?
Il sera tenu compte non seulement de la personne en burnout, mais également de l'effet sur chaque membre de l'équipe qui risque d'être atteint vu la pression accrue.

Voici les sujets abordés lors du processus d'accompagnement :

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

Pour qui ?

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/333 — Prix à la demande

Formation

Atelier : le burnout est-il un choix ?

Le burnout n'est pas qu'une affaire individuelle. Le burnout a aussi un impact direct sur l'équipe et l'organisation.

Objectifs

Faire prendre conscience aux managers des signes avant-coureurs du burnout, pour eux-mêmes et pour leurs collaborateurs :

- **à l'aide d'éléments théoriques clairs, mais aussi et surtout via des processus qui ancreront la connaissance et des «tips» facilement utilisables ;**
- **à l'issue de cette demi-journée, les managers auront une vision claire du phénomène et des manquements éventuels à leur niveau et/ou au niveau de leurs équipes.**

Contenu

L'accent est mis sur l'interaction entre les participants, les concepts théoriques sont directement liés à des exemples concrets de la réalité de chacun.

Via une approche intégrée qui allie les aspects mentaux, émotionnels et physiques, nous allons amener aux participants une représentation qui ne sera pas que cognitive :

- les caractéristiques d'un (imminent) burnout avant que l'épuisement ne se produise ;
- les croyances par rapport au burnout, connaître et reconnaître nos propres jugements et les recadrer ;
- les alarmes physiques, comportementales, mentales et émotionnelles ;
- les profils de risque : qui sont les profils les plus sensibles à l'épuisement professionnel ? Et comment peuvent-ils se protéger ?
- l'impact de l'acceptation et la non-acceptation sur le développement du burnout.

Pour qui ?

Chaque travailleur. Selon l'objectif de l'organisation, différentes sessions peuvent être organisées, par exemple pour les administrateurs, pour les managers et pour les employés ou ouvriers, etc.

Formateur

La formation est donnée par un trainer coach expérimenté et certifié du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : atelier d'1 demi-journée.
Cet atelier peut être adapté au besoin de l'organisation et/ou des cibles.
Lieu : à définir.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/335 — **Prix à la demande**

Formation

Conférence d'information et de sensibilisation au burnout

Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le burnout sans jamais oser le demander.

Objectifs

L'objectif de cette conférence est tout d'abord d'apporter des informations précises, concrètes et accessibles sur un phénomène dont on parle beaucoup, mais qui s'accompagne de méconnaissances et de confusions.

Cette conférence a également pour but d'éclairer les participants sur les symptômes, les causes du burnout et les clés de sa prévention et de son traitement.

Contenu

Les contenus sont présentés de manière accessible et même ludique au moyen notamment d'anecdotes et d'exemples en lien avec la réalité des participants.

Au menu de cette conférence :
- définition(s) du burnout ;
- symptômes ;
- personnes touchées ;
- causes ;
- les clés pour le prévenir ;
- les clés pour l'identifier ;
- les clés pour en sortir.

Pour qui ?

Pour tous. Néanmoins, le contenu de la conférence est adapté en fonction du public : ensemble du personnel ou service/département, managers, service RH et/ou personnes de confiance, direction, etc.

Formateur

La conférence est donnée par un trainer coach expérimenté et certifié du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 1h30.

Lieu : à définir.

Langues : français, néerlandais ou anglais.

Un support à la conférence est partagé électroniquement avec les participants.

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

REF. bao_20/F/336

Prix à la demande

Formation

La communication puissante : de l'écoute à l'assertivité

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

Objectifs

Donnez-vous un maximum de chances pour que votre message soit entendu, en apprenant comment repérer les signaux d'adhésion et de désapprobation.

A travers un comportement affirmé, prévenez les conflits et exprimez votre point de vue de la manière la plus acceptable pour votre interlocuteur.

Contenu

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

Nous aborderons de façon non-exhaustive :

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

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

La formation est donnée également dans nos locaux sur base d'inscription individuelle (formation inter-entreprise/association). Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/334

Prix à la demande

cohe

4. Ergonomie

Service

Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises C- D)

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

Objectifs

Cet outil destiné aux petites et moyennes entreprises analyse les conditions de travail des membres du personnel effectuant un travail sur écran de visualisation.

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

Contenu

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

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

Pour qui ?

Entreprises C- et D.

Prestataires

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

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

REF. erg_20/S/041 — Prix à la demande

Service

Intervention analyse de risques travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises A B C+)

EWOS signifie Ergonomic Workplace Online Survey. Il s'agit d'une analyse par questionnaire en ligne.

Ce questionnaire comprend environ 75 questions avec des cases à cocher réparties sur 5 rubriques :

- renseignements généraux (adapté en fonction des profils et de l'entreprise) ;
- activités réalisées ;
- analyse du poste ;
- satisfaction au poste ;
- problèmes de santé (traités de façon confidentielle).

Objectifs

Le but poursuivi de cette intervention est de permettre une photographie de l'entreprise concernant les problématiques du personnel effectuant un travail sur écran de visualisation. Il permet :

- **d'identifier des publics cibles ou profils à risques ;**
- **de réaliser un inventaire qualitatif et quantitatif des facteurs de risques au sein des différents services de l'entreprise ;**
- **d'établir un plan d'action avec mesures préventives.**

Il répond aux obligations légales prévues aux articles VIII.2-3 à VIII.6 du code du bien-être au travail.

Contenu

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

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

Pour qui ?

Entreprises A, B, C+ et échantillon de plus de 100 travailleurs.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** avec la collaboration du conseiller en prévention-médecin du travail.

Infos pratiques

Durée : sur base d'une offre en fonction du contexte de l'entreprise, mise en place d'un comité de pilotage (facultatif), visites préalables, etc.

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

REF. erg_20/S/042

Prix à la demande

Service

Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – CEWA

L'intervention concerne tout ou partie du personnel réparti en groupes d'environ 12 personnes travaillant au sein d'une même entité et se déroule en 1 demi-journée de présence sur place.
L'intervention comprend une sensibilisation collective abordant les problèmes liés au travail sur écran de visualisation, suivie des mesures de prévention recommandées, complétée par la visite à chaque poste de travail et la proposition d'adaptations et de réglages adéquats du poste de travail. La check-list complétée par l'utilisateur du poste guide cet entretien individuel.
Un rapport de synthèse ou individuel (option) complète l'intervention.
Cette intervention permet de répondre à l'article VIII.2-3 et VIII.2-4 du code du bien-être au travail.

Objectifs

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

Contenu

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

- **Réunion avec les responsables de l'entreprise**
  Cette réunion permet de cerner la demande et les besoins spécifiques à l'entreprise, de s'accorder sur le timing et l'organisation pratique, et de présenter le produit aux différents partenaires au sein de la société.
- **Annonce de l'enquête au public cible**
  L'employeur annonce l'intervention CEWA à ses travailleurs et une check-list peut être distribuée aux participants pour la compléter.
- **Séance de formation et d'analyse des postes (option facultative).**
  Le ou les groupes de participants assistent à la séance de sensibilisation collective (une heure) puis retournent à leur poste de travail pour la visite de l'ergonome.
- **Mise en place des mesures préventives**
  Sur base du rapport de synthèse ou des rapports individuels, l'employeur peut mettre en place les mesures de prévention. Il est possible que les indications fournies par l'étude permettent de détecter un poste de travail au sein duquel des problèmes importants nécessitent une intervention complémentaire de la part de l'équipe d'ergonomes. Cette étape ultérieure pourra être réalisée au travers d'une approche individuelle.

Pour qui ?

Les travailleurs effectuant un travail sur écran de visualisation.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. erg_20/S/043 — Prix à la demande

Service

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

L'intervention concerne un poste de travail individuel avec écran de visualisation. Elle comprend une phase d'analyse au poste de travail et une phase de rédaction du rapport comprenant l'identification des problèmes identifiés et les mesures préventives qui y sont associées.
Elle s'adresse à un poste de travail individuel pour lequel un problème de mobilier ou de matériel, une pathologie ou une plainte ont été identifiés ou exprimés.

Objectifs

Les objectifs suivants sont poursuivis :

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

Contenu

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

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. erg_20/S/044

Prix à la demande

Service

Manutention manuelle de charges – Analyse des risques ergonomie

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

Objectifs

Analyser les conditions de travail liées à la manutention des charges et proposer des mesures de prévention sur base de l'activité réelle.

Cette intervention permet de répondre à l'art. VIII.3-2 du code du bien-être au travail.

Contenu

Le conseiller en prévention-ergonome analyse les activités et l'application des obligations légales liées aux manutentions manuelles de charges. Celles-ci sont variées et concernent des caractéristiques diverses telles que le poids des charges, la prise, le volume, l'aspect fragile ou déséquilibré, la répétition et durée, l'endroit de stockage, … Les conditions d'environnement (marge de manœuvre, chaleur, froid, éclairage, …) et organisationnelles sont également passées en revue, de même que les risques de chute.
L'analyse se fait sur base d'observations des tâches à l'aide de questionnaires validés (par ex. la méthode des indicateurs clés (KIM) pour le levage, la check-list OCRA, la méthode RULA) ou de questionnaires spécifiques à l'activité (par ex. la méthode des indicateurs clés (KIM) pour la traction et la poussée, la méthode des indicateurs clés pour les mouvements extrêmes, la méthode des indicateurs clés pour les mouvements répétitifs). Cette analyse est réalisée de manière participative en concertation avec les travailleurs et la ligne hiérarchique.

- Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées. Elles peuvent concerner :
  - **l'adaptation des conditions matérielles** : hauteur des matériaux, aides au déplacement des charges, gestion du stockage des charges, choix des outils, …
  - **l'amélioration des facteurs environnementaux** et organisationnels (rotation des tâches, quantité et qualité de l'éclairage, réduction du risque de chutes, répartition des pauses, formation, …).

Pour qui ?

Les entreprises où la manutention manuelle de charges est d'application (entre autres, le levage, le port, la traction, la poussée, ou le déplacement de charges).

Prestataires

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

Infos pratiques

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

Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/045 — Prix à la demande

Service

Aide à la correction des espaces de travail

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

Objectifs

Analyser les caractéristiques de l'espace de travail en fonction des activités à réaliser et proposer des mesures de prévention.

Le conseiller en prévention-ergonome analyse les activités, caractéristiques et contraintes liées à l'espace de travail. Celles-ci sont variées. On y trouve notamment le dimensionnement, l'espace de circulation et les déplacements, le transport de matériel et de charges, les dénivellations, l'éclairage, le type de revêtement, l'organisation des différents flux (produits, matériels, personnes), les tâches à effectuer, …

Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées. Elles peuvent concerner l'adaptation des conditions matérielles telles que les dimensions du mobilier adaptées aux caractéristiques anthropométriques de l'opérateur, la disposition du mobilier et outils, l'aide et la gestion des déplacements et stockage des charges, supervision de la circulation mais aussi l'amélioration des facteurs d'ambiance (quantité et qualité de l'éclairage) ou la réduction des risques de glissade.

Contenu

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

Pour qui ?

L'employeur et la ligne hiérarchique, les opérateurs.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/046

Prix à la demande

Service

Aide à la conception d'espaces de bureaux

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

Objectifs

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

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

Contenu

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

Pour qui ?

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : selon l'importance du projet de conception, le nombre d'activités différentes dans le bureau concerné, la participation active des représentants de l'entreprise, compter entre 8 à 12 demi-journées d'intervention – rapport compris.

Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/047 — Prix à la demande

Service

Analyse ergonomique d'un poste de travail (non écran)

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

Objectifs

Analyser les conditions de travail liées au travail et proposer des mesures de prévention pour un poste de travail autre que poste de travail sur écran de visualisation.

Le conseiller en prévention-ergonome analyse les caractéristiques, contraintes et activités liées au poste de travail et à l'activité effectuée. Celles-ci peuvent être variées : postures pénibles, utilisation inadéquate du matériel, inadéquation du matériel avec les besoins, disposition du local, l'éclairage, l'ambiance thermique, …).

Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées. Elles concernent l'aménagement physique et la conception du poste, l'adoption de postures adéquates, la proposition de matériel adapté au travail et aux caractéristiques de la personne, l'amélioration des facteurs d'ambiance (éclairage, chaleur, courant d'air, bruit, …) ou tout autre aspect lié au bien-être au travail.

Contenu

Le conseiller en prévention ergonome analyse les activités, caractéristiques et contraintes liées au poste de travail.

Celles-ci sont variées et concernent des domaines divers :

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

Différentes méthodologies peuvent être proposées en fonction du contexte et de l'analyse de la demande, prises de photographies, conception sur plan, etc.

Sur base de cette analyse, des mesures de prévention sont proposées, établies dans un plan d'action. Un suivi de ce plan d'action peut également être réalisé.

Pour qui ?

L'employeur et la ligne hiérarchique, les opérateurs.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : sur base d'une offre, en fonction du nombre de postes de travail concernés et de la participation active des acteurs de l'entreprise.
Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/048 — Prix à la demande

Service

Avis ergonomique préalable à l'élaboration d'un cahier des charges relatif à des équipements de travail et du matériel

Le choix, lors de l'achat d'un équipement de travail ou de matériel, est une démarche importante. Celui-ci doit correspondre aux besoins de l'entreprise, mais aussi aux caractéristiques de l'opérateur qui devra l'utiliser.

Objectifs

Proposer une aide à la conception du cahier des charges d'équipement de travail et de matériel.

Le conseiller en prévention-ergonome analyse le besoin de l'entreprise concernant l'équipement de travail et le matériel désiré.

Sur base de l'analyse, il participe à la rédaction du cahier des charges. Ce cahier des charges comprendra des références aux normes ergonomiques belges et/ou étrangères et la législation belge. Il fera appel à l'adéquation entre les caractéristiques de l'équipement de travail et les valeurs anthropométriques de l'utilisateur ainsi que ses capacités physiques en veillant à choisir un matériel présentant le minimum de risques liés à son utilisation.

Cette intervention permet de répondre à l'article IV.2-2 du code du bien-être au travail.

Contenu

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

Pour qui ?

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.
Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.

Infos pratiques

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

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

REF. erg_20/S/049 — Prix à la demande

Service

Etude ergonomique spécifique afin d'aménager les locaux pour réduire les risques d'agression et/ou de contamination

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

Objectifs

Détection des points faibles en matière de «security».

Le conseiller en prévention-ergonome analyse les activités, caractéristiques et contraintes liées à l'espace de travail avec une attention particulière pour le risque d'agression et ou de contamination.

Sur base de cette analyse, des propositions de mesures d'adaptation de l'activité ou proposition de modification des locaux en gardant l'ergonomie à l'esprit tout en préservant l'intégrité physique et mentale des collaborateurs.

Contenu

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

Pour qui ?

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

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/410

Prix à la demande

Service

Analyse des circuits d'Information

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

Objectifs

Proposer une intervention ergonomique basée sur une approche globale d'amélioration du bien-être et en vue d'optimiser la performance globale des systèmes et orientée sur une analyse des circuits d'information.

Repérer les dysfonctionnements et améliorer la qualité des flux d'information et l'efficience du travail.

Contenu

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

Il aide la hiérarchie à résoudre les dysfonctionnements et planifier un suivi des actions à mener.

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

Prestataires

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

Infos pratiques

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

Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/411

Prix à la demande

Service

Analyse des facteurs organisationnels

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

Objectifs

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

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

Contenu

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

Il aide la hiérarchie à résoudre les dysfonctionnements et planifier un suivi des actions à mener.

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

Prestataires

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

Infos pratiques

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

Lieu : sur place dans l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/412

Prix à la demande

Service

Analyse de base de l'éclairage d'un poste de travail

Un éclairage inadapté au poste de travail peut être source d'inconfort visuel, réduire la performance visuelle, voire potentiellement engendrer des problèmes de santé et de sécurité pour les travailleurs.

L'analyse de l'éclairage permet d'identifier ces problématiques afin d'y apporter des corrections.

Afin d'évaluer la qualité de l'éclairage dans votre entreprise, nous proposons une analyse qualitative et quantitative par poste de travail.

Objectifs

- **Quantifier l'éclairement moyen sur le plan de travail.**
- **Identifier les sources d'inconfort visuel (reflets, éblouissements, scintillement, phénomènes de stroboscopie, etc.).**
- **Définir un plan d'action.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail :

- **étape 1** : mesures de l'éclairement moyen sur le(s) plan(s) de travail ;
- **étape 2** : identification des sources d'inconfort visuel ;
- **étape 3** : analyse des données, interprétation des résultats et évaluation de la conformité par rapport à la législation et aux normes pertinentes ;
- **étape 4** : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention ;
- **étape 5** : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui occupent des travailleurs devant écran(s) de visualisation, les zones de production et de logistique, les ateliers, etc.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome / Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Timing : une demi-heure en moyenne par poste de travail (+ en fonction de la spécificité de la demande).

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/413 — Prix à la demande

Service

Analyse de l'éclairage en entreprise

L'éclairage peut être source d'inconfort ou même engendrer des problèmes de santé et de sécurité. L'analyse de l'éclairage permet d'identifier les risques et d'éviter que ces problématiques ne surgissent.

Afin d'évaluer la qualité et la conformité de l'éclairage dans votre entreprise, nous proposons d'analyser l'éclairement et la qualité de l'éclairage et vous aider à définir un plan d'action.

Objectifs

- **Cartographier l'éclairement dans votre entreprise et le comparer aux prescriptions du code du bien-être et/ou à la norme NBN EN 12646-1 et 2.**
- **Analyser la qualité de l'éclairage (température, uniformité, rendu des couleurs, éblouissement, …).**
- **Définir un plan d'action.**
- **Sensibiliser la ligne hiérarchique et accompagner vos services techniques.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail :

- **étape 1** : cartographie de l'éclairement ;
- **étape 2** : inventaire des points lumineux et de leurs caractéristiques ;
- **étape 3** : analyse des données, interprétation des résultats et évaluation de la conformité par rapport à la législation et aux normes pertinentes ;
- **étape 4** : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention ;
- **étape 5** : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs et/ou au conseiller en prévention-médecin du travail.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui occupent des travailleurs sur écrans, les zones de production et de logistique, les ateliers, …

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Durée : 1 à 10 jours (selon nombre de zones de travail à étudier).

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. mod_20/S/401

Prix à la demande

Service

Analyse avancée de risques de troubles musculo-squelettiques provoqués par le travail en force, les mouvements répétitifs et les postures défavorables

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) des membres supérieurs sont une des maladies professionnelles les plus répandues et une cause d'absentéisme importante.
Nous disposons de différentes méthodes permettant d'analyser les risques de TMS ainsi que du système CAPTIV. Ce système permet de mesurer les angulations articulaires, la répétitivité et la force musculaire en continu. Les mesures sont synchronisées avec des captures vidéo. Il permet donc d'objectiver parfaitement l'exposition aux TMS.

Objectifs

- **Evaluation quantitative de l'exposition à un risque de TMS des membres supérieurs.**
- **Identifier les tâches et les postures qui contribuent le plus à l'exposition de manière à déterminer les actions prioritaires à mettre en place et les hiérarchiser (formation, aménagements des postes de travail, organisation, …).**
- **Former/sensibiliser les travailleurs et vous accompagner dans le suivi du plan d'action.**

Contenu

- **Étape 1** : identification des situations de travail (groupes homogènes d'exposition) et décomposition des tâches présentant un risque de TMS.
- **Étape 2** : analyse de risque via des méthodes conventionnelles (ex : OCRA) et/ou via des mesures objectives avec le système CAPTIV.
- **Étape 3** : évaluation du risque pour chaque tâche et chaque segment (mains, poignets, coudes, épaules, nuque) en fonction des angulations articulaires (postures), de la répétitivité et de la force musculaire.
- **Étape 4** : recommandations techniques et organisationnelles.
- **Étape 5** : formation/sensibilisation, suivi du plan d'action.

Pour qui ?

Toutes les situations de travail comportant des gestes répétitifs, des postures défavorables et du travail en force.

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise et en nos bureaux.

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

REF. mod_20/S/402

Prix à la demande

Service

Analyse de base du confort acoustique dans les locaux

Les open-spaces, également appelés bureaux ouverts ou paysagers, sont censés faciliter la communication et la collaboration entre travailleurs. Cependant, lors de la conception de ces espaces de travail, l'aménagement acoustique est souvent négligé. Le bruit est l'un des tous premiers, si ce n'est le premier, facteur de gêne pour les occupants des open-spaces. Cela peut conduire à de la gêne pour l'accomplissement de l'activité, à de la fatigue pour les salariés et à une perte de performance pour l'entreprise.
De nombreux éléments peuvent influencer l'inconfort acoustique dans ce type de locaux : caractéristiques acoustiques des lieux, organisation spatiale de l'open-space, types d'activités réalisées par les opérateurs, type d'open-space, etc. **Cohezio** propose une première démarche d'analyse qualitative afin d'établir un diagnostic de la situation en vue de proposer des pistes d'amélioration.

Objectifs

- **Identifier les sources d'inconfort acoustique (phénomène de réverbération, manque d'isolation acoustique, bruits événementiels, sources de bruit internes au local, configuration des bureaux partagés/open-spaces en fonction des types d'activités, etc.).**
- **Proposer des pistes d'amélioration en vue d'optimiser le confort acoustique.**

Contenu

- **Étape 1** : analyse de l'activité et de l'organisation du travail.
- **Étape 2** : analyse des caractéristiques et de la configuration du local.
- **Étape 3** : établissement de recommandations techniques et organisationnelles.

Pour qui ?

Toutes les entreprises.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise et en nos bureaux.

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

REF. erg_20/S/414

Prix à la demande

Service

Analyse avancée du confort acoustique dans les locaux

Les open-spaces, également appelés bureaux ouverts ou paysagers, sont censés faciliter la communication et la collaboration entre travailleurs. Cependant, lors de la conception de ces espaces de travail, l'aménagement acoustique est souvent négligé. Le bruit est l'un des tous premiers, si ce n'est le premier, facteur de gêne pour les occupants des open-spaces. Cela peut conduire à de la gêne pour l'accomplissement de l'activité, à de la fatigue pour les salariés et à une perte de performance pour l'entreprise.
De nombreux éléments peuvent influencer l'inconfort acoustique dans ce type de locaux : caractéristiques acoustiques des lieux, organisation spatiale de l'open-space, types d'activités réalisées par les opérateurs, type d'open-space, etc.
Cohezio propose une première démarche d'analyse qualitative afin d'établir un diagnostic de la situation en vue de proposer des pistes d'amélioration.
Modyva dispose de sonomètres, outils de modélisation et de méthodes permettant d'optimiser le confort acoustique sur le lieu de travail.

Objectifs

- **Objectiver le degré de confort acoustique sur le lieu de travail.**
- **Optimiser le confort acoustique.**
- **Sensibiliser les travailleurs et vous accompagner dans la rédaction de chartes comportementales.**
- **Vous accompagner dans le suivi du plan d'action.**

Contenu

- **Étape 1a** : analyse de l'organisation du travail et de la destination de chaque local.
- **Étape 1b** : aide à la réalisation d'enquêtes auprès des travailleurs (ex : questionnaire GABO), interviews.
- **Étape 2** : détermination des objectifs acoustiques en fonction du type de travail réalisé (travail collaboratif, besoin de concentration, call-centers, confidentialité, …), selon les normes les plus pertinentes. Les objectifs portent principalement sur la réverbération, le niveau sonore ambiant et l'isolement acoustique des locaux.
- **Étape 3** : mesures des indicateurs sur site et/ou modélisation de la zone de travail au moyen de logiciels numériques.
- **Étape 4** : optimisation des performances acoustiques de vos locaux.
- **Étape 5** : recommandations techniques et organisationnelles, aide à la rédaction de cahier des charges et suivi éventuel des fournisseurs.
- **Étape 6** : formation/sensibilisation, rédaction de chartes comportementales.

Pour qui ?

Toutes les entreprises.

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise et en nos bureaux.
Durée : 1 à 5 jours (selon nombre de zones de travail à étudier).

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

REF. mod_20/S/403 — Prix à la demande

Service

Analyse simplifiée de l'exposition au bruit des travailleurs

Prévention contre le bruit. Une exposition prolongée au bruit peut endommager l'audition des travailleurs.
Afin d'évaluer ou contrôler les niveaux d'exposition personnelle aux postes de travail, nous proposons d'évaluer de manière simplifiée l'exposition des travailleurs sur base d'un inventaire des sources. Notre outil d'analyse de contribution (méthode à points) vous permet d'évaluer vous-même l'exposition de vos travailleurs.

Objectifs

- **Quantifier les doses de bruit auxquelles s'exposent vos collaborateurs au moyen de mesurages par tâche (niveaux sonores et temps d'exposition par tâche).**
- **Identifier les tâches et les sources de bruit qui contribuent le plus à l'exposition.**
- **Définir un plan d'action afin de réduire le risque**
- **Déterminer la surveillance de santé nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**
- **Déterminer pour quelles tâches et dans quelles zones, le port de protections auditives est recommandé ou obligatoire.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail :

- étape 1 : inventaire des sources et quantification des niveaux sonores pour chaque source identifiée au moyen de mesures ponctuelles ;
- étape 2 : intégration des résultats dans notre outil d'analyse de contributions (méthode à points) ;
- étape 3 : sur base des observations faites sur le terrain :
  - nous mettons en évidence les situations de travail problématiques et définissons des recommandations succinctes en vue d'établir un plan d'action ;
  - nous définissons les zones et tâches pour lesquelles le port des EPI est recommandé ou obligatoire ainsi que les zones à signaler.
- étape 4 : les résultats sont fournis dans un rapport synthétique au format Excel. Ce tableau vous permet d'évaluer l'exposition des travailleurs pour chaque situation de travail. A long terme, l'analyse de risque peut être tenue à jour en complétant/modifiant l'inventaire des sources de bruit.

Pour qui ?

Petites et moyennes entreprises.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** ou un expert de **Modyva**.

Infos pratiques

Durée : une demi-heure en moyenne par poste de travail (+ en fonction de la spécificité de la demande).

Lieu : dans l'entreprise du client.

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

REF. erg_20/S/415

Prix à la demande

Service

Analyse de l'exposition individuelle au bruit (LEX,8h et Ppeak)

Prévention contre le bruit. Une exposition prolongée au bruit peut endommager l'audition des travailleurs.
Le risque de surdité est lié au bruit auquel sont exposés les travailleurs lors de la réalisation de l'ensemble de leurs activités. Il s'agit du niveau d'exposition personnelle au bruit (LEX,8h), autrement dit la dose de bruit reçue. Le risque de surdité est également lié à l'exposition des travailleurs à des bruits d'impacts/impulsifs (Ppeak).
Afin d'évaluer ou contrôler les niveaux d'exposition des opérateurs, nous proposons d'évaluer l'exposition au bruit des travailleurs et vous aider à définir un plan d'action.

Objectifs

- **Quantifier le niveau d'exposition personnelle (LEX,8h).**
- **Quantifier l'exposition au bruit d'impacts/impulsifs (Ppeak).**
- **Déterminer des mesures de prévention afin de réduire l'exposition au bruit.**

Contenu

- **Étape 1** : analyse des activités réalisées par les opérateurs (sources de bruit, temps d'exposition, etc.).
- **Étape 2** : mesurages à l'aide de sonomètres et/ou dosimètres.
- **Étape 3** : lissage de la dose de bruit sur une période de 8h/jour et 5j/semaine afin d'obtenir le LEX,8h tel que cela est défini par la législation.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés à des doses de bruit potentiellement supérieures à 80 dB(A).

Prestataires

Le conseiller en prévention de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. erg_20/S/416 — Prix à la demande

Service

Cartographie de bruit

La réalisation d'une cartographie du bruit dans une entreprise permet d'évaluer le bruit ambiant et d'identifier les zones ou postes de travail les plus bruyants. Il est ainsi possible de prioriser les mesures de prévention en fonction des temps d'exposition des travailleurs dans les zones les plus bruyantes. La cartographie permet également de définir les zones à risques et d'y simplifier l'obligation du port des équipements de protection individuelle contre le bruit, lorsque cela est nécessaire.

Objectifs

- **Quantifier le bruit ambiant par zone.**
- **Identifier les zones les plus bruyantes.**
- **Déterminer pour quelles tâches et dans quelles zones, le port de protections auditives est recommandé ou obligatoire.**

Contenu

- **Étape 1** : analyse des plans de la zone : identification des sources de bruit et de la localisation des postes de travail.
- **Étape 2** : réalisation de multiples mesures ponctuelles dans la zone concernée.
- **Étape 3** : report des résultats des mesures sur le plan et classification des différentes zones par un code couleur en fonction du bruit ambiant.

Pour qui ?

Toutes les entreprises.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** ou un expert de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 à 5 jours en fonction du nombre de zones concernées.

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

REF. erg_20/S/417

Prix à la demande

Service

Lutte contre l'exposition au bruit

Le bruit au travail peut se présenter sous la forme d'un inconfort acoustique ou d'un risque pour la santé et la sécurité des travailleurs. Afin de lutter contre l'exposition au bruit des travailleurs, **Cohezio** peut réaliser différents types d'analyses afin de quantifier le risque, réduire celui-ci ou encore rechercher des améliorations visant à réduire l'inconfort acoustique.

Objectifs

- **Quantifier les risques liés à l'exposition au bruit.**
- **Réduire le risque par l'intermédiaire de mesures techniques et organisationnelles (1. À la source, 2. La propagation, 3. La protection individuelle).**
- **Améliorer le confort acoustique dans les locaux.**
- **Compléter les plans d'actions annuel et global.**

Plus-value pour vous au travail :

- **meilleure qualité de vie au travail ;**
- **diminuer les accidents de travail ;**
- **diminuer les risques de maladies professionnelles.**

Contenu

Différentes méthodologies pourront être employées en fonction des objectifs.

- **Quantification du Lex,8h ou Lex,40 exprimé en dB(A) (niveau d'exposition personnelle moyen par jour ou par semaine)** : il s'agit de la dose de bruit que reçoit le travailleur et devra nécessairement passer par une analyse de l'activité, des mesurages du LAeq,T (niveau équivalent = moyenne en terme d'énergie acoustique) par tâches, par métier ou par journée entière et le calcul du Lex.
- **Quantification de l'exposition des travailleurs aux bruits impulsifs et bruits d'impacts** : consiste à mesurer le LpC,peak exprimé en dB(C) afin d'identifier si les pics les plus élevés dépassent les valeurs légales.
- **Réalisation d'une cartographie de bruit** : détermination du bruit ambiant, catégorisation en zones et report sur plans afin de déterminer les zones les plus bruyantes et permettre à l'entreprise de réguler facilement le port des EPI anti-bruit.
- **Réalisation d'une étude concernant de l'inconfort acoustique lié à des problèmes de réverbération dans un local** : cafétéria, zone de bureaux, salle de formation/réunion, etc. : mesurages et calcul du temps de réverbération T60 c'est-à-dire le temps nécessaire pour que le niveau sonore du champ réverbéré décroisse de 60 dB dans un local lorsqu'un bruit (signal émis) est brusquement interrompu. Ce T60 est dépendant du volume du local, des types de matériaux recouvrant les cloisons (coefficient d'absorption). Cela permettra de déterminer les solutions techniques visant à réduire la réverbération (type, superficie et localisation des matériaux absorbants, etc.).

Les mesures sont effectuées à l'aide de sonomètres intégrateurs de classe 1 ou de dosimètres lorsque le travailleur est très mobile et que l'objectif consiste à quantifier la dose de bruit reçue par un travailleur.

A l'issue de chaque type d'intervention, un rapport complet est établi. Celui-ci retraçant l'objectif de l'étude, la méthodologie, l'interprétation ainsi que des pistes concrètes d'amélioration établies sous la forme d'un plan d'action.

Pour qui ?

Toutes les entreprises : A, B, C et D.

Prestataires

Le conseiller en prévention-ergonome, ing. Niveau 1 de **Cohezio** ou le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio** ou les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. mod_20/S/404

Prix à la demande

Service

Analyse avancée de l'exposition au bruit des travailleurs

Prévention contre le bruit. Une exposition prolongée au bruit peut endommager l'audition des travailleurs.
Afin d'évaluer ou contrôler les niveaux d'exposition aux postes de travail, nous proposons d'évaluer l'exposition au bruit des travailleurs et vous aider à définir un plan d'action.

Objectifs

- **Quantifier les doses de bruit auxquelles s'exposent vos collaborateurs au moyen de mesurages.**
- **Identifier les tâches et les sources de bruit qui contribuent le plus à l'exposition.**
- **Déterminer la surveillance de santé nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**
- **Définir un plan d'action afin de prévenir les risques sonores.**
- **Déterminer pour quelles tâches et dans quelles zones, le port de protections auditives est recommandé ou obligatoire.**
- **Aider au choix des EPI les plus adaptés à vos situations de travail.**
- **Sensibiliser les travailleurs et la ligne hiérarchique.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail :

- **Étape 1** : évaluation de l'exposition
  - **Méthode 1** : cartographie du bruit dans l'entreprise
    - Cartographie des lieux de travail, identifier les sources contribuant à l'exposition et déterminer les postes de travail à risque.
    - Evaluation de la dose de bruit sur base à partir d'une évaluation des temps d'exposition.
  - **Méthode 2** : dosimétries
    - Suivi en continu d'un travailleur en l'équipant d'un dosimètre.
    - Analyse du profil et identification des tâches, des niveaux sonores et des temps d'exposition correspondants.
  - **Méthode 3** : mesures ponctuelles
    - Inventaire des sources et quantification des niveaux sonores pour chaque source identifiée.
    - Utilisation possible d'une caméra acoustique afin d'analyser finement les équipements de travail.
- **Étape 2** : interprétation des résultats, évaluation de l'exposition des travailleurs grâce à notre outil d'analyse de contribution. Evaluation et optimisation des EPI.
- **Étape 3** : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention (élimination, substitution, EPC, EPI, information, formation). Détermination de la surveillance de santé et de la signalisation à mettre en place.
- **Étape 4 :** finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Tous les travailleurs qui y sont exposés.

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 à 20 jours (selon nombre de situations de travail à étudier).

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

REF. mod_20/S/405

Prix à la demande

Service

Analyse de l'exposition aux vibrations du corps entier des travailleurs

Prévention contre les vibrations (corps entier). Une exposition prolongée aux vibrations peut entraîner la survenance de troubles musculo-squelettiques au niveau lombaire.
Afin d'évaluer ou contrôler les niveaux d'exposition aux postes de travail, nous proposons d'évaluer l'exposition aux vibrations des travailleurs et vous aider à définir un plan d'action.

Objectifs

- **Quantifier les doses de vibrations auxquelles s'exposent vos collaborateurs au moyen de mesurages.**
- **Identifier les équipements, zones de roulage et comportements qui contribuent le plus à l'exposition.**
- **Déterminer la surveillance médicale nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**
- **Définir un plan d'action afin de prévenir les risques vibratoires.**
- **Sensibiliser les travailleurs et la ligne hiérarchique.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail :

- **étape 1** : évaluation de l'exposition au moyen de mesurages sur les engins utilisés. L'analyse préliminaire permet de définir un plan de test (durée des mesures, engins à mesurer, nombre de mesures, …). Les engins sont équipés :
  - d'un système de mesures des vibrations sur le siège conforme à la norme ISO 2631 ;
  - d'un capteur complémentaire sur le châssis afin d'évaluer l'efficacité du siège ;
  - d'un GPS ou d'une caméra embarquée afin de maîtriser les conditions de roulage.
- **étape 2** : analyse des profils vibratoires (zones de roulage, tâches, efficacité du siège, …). Interprétation des résultats, évaluation de l'exposition des travailleurs grâce à notre outil d'analyse de contribution.
- **étape 3** : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention (élimination, substitution, EPC, EPI, information, formation). Détermination de la surveillance de santé.
- **étape 4** : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui occupent des travailleurs exposés à des doses de vibrations potentiellement supérieures à 0,5 m/s² (caristes, chauffeurs, …).

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Durée : 1 à 4 jours (selon nombre de situations de travail à étudier).

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. mod_20/S/406 — Prix à la demande

Service

Analyse de l'exposition aux vibrations manu-brachiales des travailleurs

Prévention contre les vibrations (main-bras). Une exposition prolongée aux vibrations peut entraîner la survenance de troubles musculo-squelettiques au niveau des membres supérieurs.
Afin d'évaluer ou contrôler les niveaux d'exposition aux postes de travail, nous proposons d'évaluer l'exposition aux vibrations des travailleurs et vous aider à définir un plan d'action.

Objectifs

- **Quantifier les doses de vibrations auxquelles s'exposent vos collaborateurs au moyen de mesurages.**
- **Identifier les équipements qui contribuent le plus à l'exposition.**
- **Déterminer la surveillance médicale nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**
- **Définir un plan d'action afin de prévenir les risques vibratoires.**
- **Sensibiliser les travailleurs et la ligne hiérarchique.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail :

- **étape 1** : inventaire des équipements utilisés par les travailleurs et estimation avec l'employeur et les travailleurs des temps d'utilisation
- **étape 2** : évaluation de l'exposition au moyen de mesurages sur les équipements utilisés (mesures selon la norme ISO 5349). Des mesures d'exposition au bruit peuvent être proposées en parallèle.
- **étape 3** : analyse des mesures vibratoires, interprétation des résultats et évaluation de l'exposition des travailleurs grâce à notre outil d'analyse de contribution.
- **étape 4** : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention (élimination, substitution, EPC, EPI, information, formation). Détermination de la surveillance de santé.
- **étape 5** : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui occupent des travailleurs exposés à des doses de vibrations potentiellement supérieures à 2,5 m/s² (utilisateurs d'outils vibrants comme des boulonneuses, disqueuses, marteaux-piqueurs, …).

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Durée : 1 à 5 jours (selon nombre de situations de travail à étudier).

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. mod_20/S/407 — Prix à la demande

Formation

Ergonomie du travail sur écran

Ce module est proposé sous la forme d'un cours interactif de groupe et aborde, entre autres, le réglage adéquat du dossier d'un siège de travail, l'adéquation entre le siège de travail et la hauteur du plan de travail, la disposition d'un ou de plusieurs écrans ainsi que celle du clavier et de la souris sur le plan de travail, la disposition du matériel par rapport à l'éclairage et aux fenêtres. Enfin, elle vise à apprendre à l'utilisateur à adopter une position de travail idéale, dans le but de réduire voire éviter les troubles musculo-squelettiques.

Objectifs

Sensibiliser les participants aux risques liés au travail sur écran et à la manière dont ils peuvent les limiter en appliquant les principes d'ergonomie.

Apprendre l'aménagement et l'ajustement adéquats d'un poste de travail avec écran, intégrer des notions d'activité physique afin de prévenir la fatigue visuelle et les troubles musculo-squelettiques.

Contenu

- Les risques liés au travail sur écran (troubles musculo-squelettiques, fatigue visuelle, maux de tête, sédentarité, …).
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale et l'impact des mauvaises postures de travail sur la santé du travailleur (membres supérieurs, membres inférieurs, dos, …).
- La manière préventive de corriger et adapter son poste de travail : siège de travail, plan de travail, écran(s), laptop, clavier, souris, téléphone, …
- La gestion de son environnement de travail : éclairage, ambiances thermiques, disposition du mobilier dans l'espace de travail, etc.
- L'adoption de la posture idéale de travail (position de moindres inconfort).
- L'importance de l'activité physique et la manière de l'intégrer au quotidien dans le travail sur écran.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. erg_20/F/414 — Prix à la demande

Formation

Coach du dos

Le département Ergonomie peut former certains travailleurs en tant qu'instructeurs à la manutention manuelle des charges, des «coaches du dos». La formation envisage, de façon approfondie, les facteurs de risques et les mesures de prévention qui sont associées aux problèmes de dos et aux activités de manutention. Conjointement, la formation aborde les capacités de transmission de ces connaissances vers les travailleurs de l'entreprise.

Objectifs

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

- **connaître les éléments d'anatomie et de physiologie du corps humain et particulièrement de la colonne vertébrale ;**
- **connaître et détecter les facteurs de risque pour le dos et les principales articulations rencontrés dans le domaine professionnel ;**
- **connaître et comprendre les principales pathologies dorsales ;**
- **connaître les bases de méthodes d'analyse et d'évaluation des risques des problèmes de dos et musculo-squelettiques ;**
- **proposer des solutions et alternatives en matière de gestes de protection du dos et d'adaptation du poste de travail ;**
- **servir d'interlocuteur pour les collègues, la hiérarchie et le service interne de prévention et de protection en ce qui concerne la manutention des charges et de la protection du dos ;**
- **sensibiliser et former les travailleurs à la démarche préventive.**

Contenu

Le programme recouvre des parties théoriques, pratiques et didactiques.

- Législation en la matière.
- Théorie et pratique concernant les facteurs de risque et les stratégies de prévention des maux de dos et autres troubles musculo-squelettiques.
- Gestes de protection du dos concernant différents secteurs et types d'entreprises.
- Exercices physiques de tonification et étirement musculaire.
- Introduction générale à l'ergonomie.
- Observation d'un poste de travail et utilisation d'une liste de contrôle et d'évaluation des facteurs de risque.
- Recherche de solutions et mesures préventives adaptées à des situations problématiques.
- Apprendre à donner des cours de théorie.
- Apprendre à montrer et enseigner les techniques de manutention des charges (avec observation vidéo).

Pour qui ?

Le contenu de la formation peut être adapté aux exigences spécifiques de votre entreprise et à son public-cible. La formation est destinée à toute personne motivée par cette problématique.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome ou formateur spécialisé de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 4 jours.
Maximum 12 personnes.

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

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

REF. erg_20/F/416

Prix à la demande

Formation

Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention de charges

Les douleurs au dos et aux articulations des membres supérieurs (Troubles Musculo-Squelettiques ou TMS) sont une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et les autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation à la prévention des maux de dos et à la manutention permet de réduire l'absentéisme et les conséquences économiques qui y sont liées, pour l'entreprise et pour le travailleur, tout en répondant aux exigences légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos et les articulations.**
- **Il applique correctement les différentes techniques de levage.**
- **Il recherche lui-même des solutions de façon créative.**

Contenu

La formation comprend :

- **une approche théorique attractive et compréhensible par tous :**
  - fonctionnement du dos et des principales articulations (épaule, coude, poignet) ;
  - facteurs de risque des maux de dos et des troubles musculo-squelettiques ;
  - pathologies et détériorations qui peuvent faire souffrir le dos et les articulations ;
  - prévention gestuelle : envisager le maximum de possibilités gestuelles auxquels on peut recourir pour protéger son dos dans son secteur professionnel et la vie privée ;
  - prévention ergonomique : déterminer les notions principales d'adaptation du poste de travail.
- **une approche pratique calquée sur les situations réelles de travail :**
  - mise en pratique et maîtrise des gestes adéquats pour protéger le dos et les articulations ;
  - techniques de manutentions générales et spécifiques, adaptées à divers secteurs et également transposables dans la vie privée ;
  - réalisation d'exercices gymniques en rapport avec la protection du dos : exercices de stretching, de mobilisation du dos et de tonification musculaire.

Pour qui ?

Toute personne travaillant dans un secteur dont les activités comprennent des manutentions, des mouvements répétés, des positions pénibles : construction, logistique, jardinage, déménagement, nettoyage, petite enfance, soins à domicile, …

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** et formateur spécialisé.

Méthode utilisée

Des séquences vidéos, des photos et des maquettes de colonne vertébrale et d'articulations facilitent la compréhension des concepts théoriques. La pratique représente une part importante de la formation. Une formule de coaching individuel sur le poste de travail peut être proposée.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

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

REF. erg_20/F/417 — Prix à la demande

Formation – Formation sur mesure (1 journée)

Manutention de personnes et prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs.

Offrir à vos travailleurs une formation sur la manutention de personnes peut donc vous faire économiser, en tant qu'employeur, pas mal d'argent et vous permet ainsi de répondre à vos obligations légales.

Objectifs

- **Cette formation sur mesure se concentre principalement sur les situations et les déplacements définis au préalable en concertation avec l'employeur et les travailleurs.**
- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il/elle est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos.**
- **Il/elle applique correctement les différentes techniques de levage.**
- **Il/elle recherche lui/elle-même des solutions de façon créative.**

Contenu

La formation est constituée d'une partie théorique concise et conviviale pour les participants :

- des explications interactives sur l'anatomie et la fonction du dos ;
- la différence entre charge – capacité de charge – surcharge ;
- les causes des lésions au dos et problèmes de dos ;
- une compréhension des risques au travail ;
- une approche personnelle de la prévention des problèmes de dos.

Elle est suivie d'une session d'exercices pratiques et variés :

- les bonnes positions pour le dos ;
- les techniques de levage ménageant le dos.

Le programme est adapté en fonction des activités et des moyens à disposition des travailleurs.

Pour qui ?

Toute personne qui effectue un travail mettant le dos à contribution : travailleurs dans le secteur des soins de santé, de la petite enfance, des maisons de repos et de soins, …

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées. La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 12 personnes.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans notre centre de formation.

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

REF. erg_20/F/418

Prix à la demande

Formation

Manutention de charges sur mesure ou coaching sur poste

Ce module interactif permet de dispenser une formation spécifique faisant suite à une visite des lieux de travail pendant laquelle des risques de troubles musculo-squelettiques et de maux de dos ont été décelés.
Elle permet de donner des conseils personnels aux travailleurs sur leur poste de travail. Elle se caractérise par son approche pratique individualisée ciblée sur l'adaptation du poste de travail et l'application de bonnes techniques de prévention gestuelles. Les adaptations requises sont, si possible, effectuées directement.
Cette intervention permet de répondre à l'art. VIII.3-7 du code du bien-être au travail concernant l'obligation de formation des travailleurs exécutant des activités de manutention de charges.

Objectifs

Ce module vise à prévenir les problèmes musculo-squelettiques possibles en rapport avec l'ergonomie des postes de travail constatés lors d'une visite des locaux. L'intervention mise sur une bonne disposition et utilisation des équipements et de l'organisation ainsi que sur l'adaptation du comportement des travailleurs.

Contenu

Cette intervention comporte les éléments suivants :

- visite des locaux ;
- screening rapide de la méthode de travail et de la position de travail ;
- détection des risques encourus lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte ;
- constatation des adaptations à réaliser ;
- recherche de techniques de manutention, de positionnements appropriés et d'utilisations adéquates du matériel en lien avec les situations de travail ;
- application de ces techniques en concertation avec le travailleur.

Pour qui ?

Les travailleurs dont les tâches comportent des manutentions de charges ou de personnes ainsi que des gestes répétitifs ou positions pénibles.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.

Méthode utilisée

L'avantage qu'offre cette méthode de travail est l'interactivité. Le travailleur prend part à l'action, il peut poser des questions et reçoit immédiatement une réponse professionnelle et pratique. Il y a également de nombreux avantages pour l'employeur. Les éventuels achats et commandes sont efficaces car ils sont basés sur l'avis d'un expert. De plus, l'intervention permet aux travailleurs d'être bien informés. Cette méthode de travail est très intéressante pour les entreprises où il est difficile de mobiliser simultanément un grand groupe de travailleurs pour suivre une formation. Chaque travailleur se voit offrir une réponse sur mesure puisque les postes de travail ont été analysés par le conseiller en prévention.

Infos pratiques

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

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

REF. erg_20/F/422

Prix à la demande

Formation

Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de la logistique

Les douleurs au dos et aux articulations des membres supérieurs sont fréquentes parmi le personnel du secteur de la logistique. Ces troubles musculo-squelettiques représentent une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation à la prévention des maux de dos et à la manutention permet de réduire l'absentéisme et les conséquences économiques qui y sont liées, pour l'entreprise et pour le travailleur, tout en répondant aux exigences légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos et les articulations.**
- **Il applique correctement les différentes techniques de manutention.**
- **Il recherche lui-même des solutions de façon créative.**

Contenu

La formation comprend :

une approche théorique attractive et compréhensible par tous :

- fonctionnement du dos et des principales articulations (épaule, coude, poignet) ;
- facteurs de risque des maux de dos et des troubles musculo-squelettiques ;
- pathologies et détériorations qui peuvent faire souffrir le dos et les articulations ;
- prévention gestuelle : envisager le maximum de possibilités gestuelles auxquelles on peut recourir pour protéger son dos dans les activités liées au secteur du nettoyage et à la vie privée ;
- prévention ergonomique : déterminer les notions principales d'adaptation du poste de travail (réglage du matériel, organisation du travail, dépose des objets à hauteur d'atteinte aisée, …).

une approche pratique calquée sur les situations réelles de travail :

- réalisation et maîtrise des gestes adéquats pour protéger le dos et les articulations : manutention de charges diverses (caisses, …), déplacement de chariots (rolls, containers, …), utilisation adéquate du matériel ou d'équipements, stockage adéquat dans les étagères, adaptation des hauteurs de travail…
- réalisation d'exercices gymniques en rapport avec la protection du dos et des articulations : exercices de stretching, de mobilisation du dos et de tonification musculaire.

Pour qui ?

Toute personne travaillant dans le secteur de la logistique.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** et formateur spécialisé.

Méthode utilisée

Des séquences vidéos, des photos et des maquettes de colonne vertébrale et d'articulations facilitent la compréhension des concepts théoriques. La pratique représente une part importante de la formation. Une formule de coaching individuel sur le poste de travail peut être proposée.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. erg_20/F/421

Prix à la demande

Formation

Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de l'accueil de la petite enfance

Les douleurs au dos et aux articulations des membres supérieurs sont fréquentes parmi le personnel d'accueil de la petite enfance. Ces troubles musculo-squelettiques représentent une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation à la prévention des maux de dos et à la manutention permet de réduire l'absentéisme et les conséquences économiques qui y sont liées, pour l'entreprise et pour le travailleur, tout en répondant aux exigences légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos et les articulations.**
- **Il applique correctement les différentes techniques de manutention.**
- **Il recherche lui-même des solutions de façon créative.**

Contenu

La formation comprend :

une approche théorique attractive et compréhensible par tous :

- fonctionnement du dos et des principales articulations (épaule, coude, poignet) ;
- facteurs de risque des maux de dos et des troubles musculo-squelettiques ;
- pathologies et détériorations qui peuvent faire souffrir le dos et les articulations ;
- prévention gestuelle : envisager le maximum de possibilités gestuelles auxquelles on peut recourir pour protéger son dos dans les activités liées à l'accueil de la petite enfance et à la vie privée ;
- prévention ergonomique : déterminer les notions principales d'adaptation du poste de travail (réglage du matériel, organisation du travail, dépose des objets à hauteur d'atteinte aisée, …).

une approche pratique calquée sur les situations réelles de travail :

- réalisation et maîtrise des gestes adéquats pour protéger le dos et les articulations : portage, soin, habillage, repas, interactions et jeux avec les enfants, manutention de charges diverses (jeux, modules de psychomotricité, lits et matelas, mannes à linge, caisses, déplacement de chariots, …), rangement et nettoyage, stockage adéquat dans les étagères, adaptation des hauteurs de travail, …
- réalisation d'exercices gymniques en rapport avec la protection du dos et des articulations : exercices de stretching, de mobilisation du dos et de tonification musculaire.

Pour qui ?

Toute personne travaillant dans le secteur de l'accueil de la petite enfance.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** et formateur spécialisé.

Méthode utilisée

Des séquences vidéos, des photos et des maquettes de colonne vertébrale et d'articulations facilitent la compréhension des concepts théoriques. La pratique représente une part importante de la formation. Une formule de coaching individuel sur le poste de travail peut être proposée.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

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

REF. erg_20/F/423 — Prix à la demande

Formation

Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de l'aide à domicile

Les douleurs au dos et aux articulations des membres supérieurs sont fréquentes parmi le personnel de l'aide à domicile. Ces troubles musculo-squelettiques représentent une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation à la prévention des maux de dos et à la manutention permet de réduire l'absentéisme et les conséquences économiques qui y sont liées, pour l'entreprise et pour le travailleur, tout en répondant aux exigences légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos et les articulations.**
- **Il applique correctement les différentes techniques de manutention.**
- **Il recherche lui-même des solutions de façon créative.**

Contenu

La formation comprend :

- **une approche théorique attractive et compréhensible par tous :**
  - fonctionnement du dos et des principales articulations (épaule, coude, poignet) ;
  - facteurs de risque des maux de dos et des troubles musculo-squelettiques ;
  - pathologies et détériorations qui peuvent faire souffrir le dos et les articulations ;
  - prévention gestuelle : envisager le maximum de possibilités gestuelles auxquelles on peut recourir pour protéger son dos dans les activités d'aide à domicile et à la vie privée ;
  - prévention ergonomique : déterminer les notions principales d'adaptation du poste de travail (réglage du matériel, organisation du travail, dépose des objets à hauteur d'atteinte aisée, …).
- **une approche pratique calquée sur les situations réelles de travail :**
  - réalisation et maîtrise des gestes adéquats pour protéger le dos et les articulations : manutention de charges diverses (seaux, bidons, aspirateurs, manne à linge, sac à provisions…), postures protectrices lors du nettoyage et du rangement, utilisation correcte des outils (hauteur du manche d'aspirateur et du balai télescopique, hauteur de la table à repasser, …), stockage adéquat dans les étagères, adaptation des hauteurs de travail, aide au bénéficiaire (déplacement, habillement, …)
  - réalisation d'exercices gymniques en rapport avec la protection du dos et des articulations : exercices de stretching, de mobilisation du dos et de tonification musculaire.

Pour qui ?

Toute personne travaillant dans le secteur de l'aide à domicile.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** et formateur spécialisé.

Méthode utilisée

Des séquences vidéos, des photos et des maquettes de colonne vertébrale et d'articulations facilitent la compréhension des concepts théoriques. La pratique représente une part importante de la formation. Une formule de coaching individuel sur le poste de travail peut être proposée.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.

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

REF. erg_20/F/424 — Prix à la demande

Formation

Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur du nettoyage

Les douleurs au dos et aux articulations des membres supérieurs sont fréquentes parmi le personnel du secteur du nettoyage. Ces troubles musculo-squelettiques représentent une des causes les plus courantes de maladies professionnelles et d'absence au travail. Les frais directs d'un jour de maladie sont considérables, sans compter les frais indirects et autres impacts négatifs. Offrir à vos travailleurs une formation à la prévention des maux de dos et à la manutention permet de réduire l'absentéisme et les conséquences économiques qui y sont liées, pour l'entreprise et pour le travailleur, tout en répondant aux exigences légales.

Objectifs

- **Le participant comprend la problématique du dos.**
- **Il est apte à adopter une technique de travail qui ménage le dos et les articulations.**
- **Il applique correctement les différentes techniques de manutention.**
- **Il recherche lui-même des solutions de façon créative.**

Contenu

La formation comprend :

- **une approche théorique attractive et compréhensible par tous :**
  - fonctionnement du dos et des principales articulations (épaule, coude, poignet) ;
  - facteurs de risque des maux de dos et des troubles musculo-squelettiques ;
  - pathologies et détériorations qui peuvent faire souffrir le dos et les articulations ;
  - prévention gestuelle : envisager le maximum de possibilités gestuelles auxquelles on peut recourir pour protéger son dos dans les activités liées au secteur du nettoyage et à la vie privée ;
  - prévention ergonomique : déterminer les notions principales d'adaptation du poste de travail (réglage du matériel, organisation du travail, dépose des objets à hauteur d'atteinte aisée, …).
- **une approche pratique calquée sur les situations réelles de travail :**
  - réalisation et maîtrise des gestes adéquats pour protéger le dos et les articulations : manutention de charges diverses (seaux, bidons, caisses, aspirateurs, poubelles, …), déplacement de chariots (rolls, containers, autolaveuses, chariot de nettoyage, …), utilisation adéquate du matériel de nettoyage (balais, mops, monobrosses, aspirateurs, …), stockage adéquat dans les étagères, adaptation des hauteurs de travail…
  - réalisation d'exercices gymniques en rapport avec la protection du dos et des articulations : exercices de stretching, de mobilisation du dos et de tonification musculaire.

Pour qui ?

Toute personne travaillant dans le secteur du nettoyage.

Formateur

Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio** et formateur spécialisé.

Méthode utilisée

Des séquences vidéos, des photos et des maquettes de colonne vertébrale et d'articulations facilitent la compréhension des concepts théoriques. La pratique représente une part importante de la formation. Une formule de coaching individuel sur le poste de travail peut être proposée.

Infos pratiques

Durée : 2 demi-journées (selon la recommandation du SPF Emploi, Travail et Concertation sociale). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. erg_20/F/425 — Prix à la demande

Formation

Sensibilisation et analyse de l'exposition au bruit en entreprise

Modyva dispense régulièrement des formations en entreprise. La société intervient également dans la formation des conseillers en prévention de niveau 1 et des hygiénistes dans différentes universités.
Nous nous appuyons sur des supports clairs et pratiques permettant de former et/ou sensibiliser les participants. Ces outils vulgarisent les notions techniques et sont tout à fait abordables, même pour des personnes ne disposant pas de qualifications techniques poussées.
Nos formations se déclinent en 3 niveaux de compétences :

- **travailleur (TRAV)** : sensibilisation/formation des travailleurs exposés aux bruits ;
- **ligne hiérarchique (LH)** : sensibilisation/formation de la ligne hiérarchique et de vos services techniques afin de lutter efficacement contre le bruit ;
- **conseiller en prévention (CP)** : formation des conseillers en prévention à l'analyse de risques.

Objectifs

- **Sensibiliser/former/informer les travailleurs exposés au bruit et développer les réflexes nécessaires pour réduire l'exposition au risque.**
- **Disposer des connaissances nécessaires afin de déployer une stratégie efficace de lutte contre le bruit dans votre entreprise.**
- **Disposer des connaissances nécessaires afin de réaliser une analyse de risques sonores et mettre en place les plans d'actions requis.**

Contenu

- **Bases théoriques adaptées au niveau des participants** (TRAV, LH, CP) : l'acoustique en général, notion de dose de bruit, risques pour la santé (audiogrammes, écoute d'enregistrement avec surdité et/ou acouphène).
- **Evaluation de l'exposition au bruit** (TRAV, LH, CP) : évaluer son exposition grâce à la méthode à points, analyse de contributions.
- **Stratégies de lutte contre le bruit** (LH, CP) : optimisation de l'organisation du travail et de l'implantation des zones de travail, comprendre/trouver les données sonores des équipements.
- **Principes de lutte contre le bruit** (LH, CP) : propagation du bruit, isolation acoustique, capots, silencieux.
- **La mesure du bruit** (CP) : matériel et méthodes.
- **Equipements de protection individuelle** (CP) : types, contraintes, objectifs.
- **Système dynamique de gestion des risques sonores** (CP) : analyse de contribution, analyse de l'exposition, plans d'action.

Pour qui ?

Toutes les entreprises confrontées au bruit sur le lieu de travail.

Formateur

Les experts de **Modyva**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée :
TRAV : 30 minutes à 1 heure.
LH : 2 heures à 4 heures.
CP : 1 à 2 jours.

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

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

REF. erg_20/F/420

Prix à la demande

Formation

Sensibilisation et gestion de l'exposition aux vibrations en entreprise

Modyva dispense régulièrement des formations en entreprise. La société intervient également dans la formation des conseillers en prévention de niveau 1 et des hygiénistes dans différentes universités.
Nous nous appuyons sur des supports clairs et pratiques permettant de former et/ou sensibiliser les participants. Ces outils vulgarisent les notions techniques et sont tout à fait abordables, même pour des personnes ne disposant pas de qualifications techniques poussées.
Nos formations se déclinent en 3 niveaux de compétences :

- **travailleur (TRAV)** : sensibilisation/formation des travailleurs exposés aux vibrations ;
- **ligne hiérarchique (LH)** : sensibilisation/formation de la ligne hiérarchique et de vos services techniques afin de lutter efficacement contre les vibrations ;
- **conseiller en prévention (CP)** : formation des conseillers en prévention à l'analyse de risques.

Objectifs

- **Sensibiliser/former/informer les travailleurs exposés aux vibrations et développer les réflexes nécessaires pour réduire l'exposition au risque.**
- **Disposer des connaissances nécessaires afin de déployer une stratégie efficace de lutte contre les vibrations dans votre entreprise.**
- **Disposer des connaissances nécessaires afin de réaliser une analyse de risques vibratoires et mettre en place les plans d'actions requis.**

Contenu

- **Bases théoriques adaptées au niveau des participants** (TRAV, LH, CP) : les vibrations en général, effets sur la santé.
- **Evaluation de l'exposition aux vibrations** (LH, CP) : analyse de contributions, comprendre/trouver les données vibratoires des équipements.
- **Réflexes de base pour se protéger des vibrations** (TRAV) : régler son siège, dépister les équipements défectueux.
- **Stratégies de lutte contre les vibrations** (LH, CP) : facteurs impactant l'exposition, organisation du travail.
- **Principes de lutte contre les vibrations** (CP, optionnel) : propagation des vibrations, isolation vibratoire, réponse vibratoire des systèmes
- **La mesure des vibrations** (CP) : normes, matériel et méthodes.
- **Système dynamique de gestion des risques vibratoires** (CP) : analyse de contribution, analyse de l'exposition, plans d'action.

Pour qui ?

Toutes les entreprises confrontées aux vibrations sur le lieu de travail (chauffeurs, caristes, équipements pneumatiques et électroportatifs, …).

Formateur

Les experts de **Modyva**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée :
TRAV : 30 minutes à 1 heure.
LH : 2 heures à 4 heures.
CP : 1 à 2 jours.

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

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

REF. mod_20/F/401 — Prix à la demande

core

5. Sécurité

Service

Visite des lieux de travail – A B C+

Réalisation d'une visite des lieux de travail pour les clients A, B et C+

Objectifs

- **Informer l'employeur sur ses obligations légales.**
- **Identifier les dangers et les risques de l'entreprise.**
- **Proposer des mesures de prévention.**
- **Donner un avis concernant les risques pour la surveillance médicale des travailleurs.**
- **Pour le conseiller en prévention-médecin du travail, prendre connaissance des conditions de travail en vue de réaliser la surveillance médicale.**

Contenu

Cohezio se tient à disposition du SIPP de tout employeur afin de réaliser les visites des lieux de travail souhaitées.

Sur base d'une planification de préférence annuelle et en fonction du domaine du bien-être concerné, le conseiller en prévention référent de l'entreprise pour son domaine (santé, sécurité, ergonomie, hygiène ou aspects psychosociaux) réalise la visite des lieux de travail.

Lors de la visite, le conseiller en prévention :

- informe l'employeur sur les obligations légales pour son domaine d'activités ;
- identifie les dangers et les risques ;
- propose des mesures de prévention ;
- définit des risques prioritaires à prendre en charge ;
- vérifie le suivi des mesures de prévention prises depuis la dernière visite.

Après la visite, le conseiller en prévention :

- rédige un rapport des constatations et des mesures de prévention proposées faites lors de la visite d'entreprise.

Le template de rapport est :

- soit le modèle référencé de **Cohezio**
- soit un modèle spécifique validé par l'entreprise.

Pour qui ?

Toute entreprise A, B ou C+.

Prestataires

Le conseiller en prévention-médecin du travail de **Cohezio**.
Le conseiller en prévention-ergonome de **Cohezio**.
Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.
Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.
Le conseiller en prévention-aspects psychosociaux **Cohezio**.

Infos pratiques

Sur les lieux de travail.
Les locaux à visiter doivent être accessibles.

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

REF. sec_20/S/051 — Prix à la demande

Service

Visite des lieux de travail – C- et D

Réalisation d'une visite des lieux de travail pour les clients C- et D.

Objectifs

- **Informer l'employeur sur ses obligations légales.**
- **Identifier les dangers et les risques de l'entreprise.**
- **Proposer des mesures de prévention.**
- **Donner un avis concernant les risques pour la surveillance médicale des travailleurs.**
- **Démarrer/mettre à jour l'avis stratégique.**

Contenu

Cohezio propose un rendez-vous à l'employeur pour réaliser la visite des lieux de travail conformément à la périodicité requise en fonction du risque de l'entreprise.

Lors de la visite, le conseiller en prévention :

- donne les informations nécessaires pour l'utilisation du webservice **Cohezio4u** ;
- informe l'employeur sur les obligations légales ;
- identifie les dangers et les risques ;
- propose des mesures de prévention ;
- définit des risques prioritaires à prendre en charge ;
- vérifie le suivi des mesures de prévention prises depuis la dernière visite ;
- présente et commente l'avis stratégique.

Après la visite, le conseiller en prévention :

- rédige un rapport des constatations faites et des mesures de prévention proposées lors de la visite ;
- implémente la base de données Safetify permettant à l'employeur de réaliser la gestion dynamique du bien-être de ses travailleurs ;
- implémente l'avis stratégique.

Pour qui ?

Toute entreprise C- ou D.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Sur les lieux de travail effectifs.
Les locaux à visiter doivent être accessibles.
L'employeur disposera d'un pc ou d'une tablette avec connexion internet pour lui présenter l'accès à **Cohezio4U**.

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

REF. sec_20/S/052

Prix à la demande

Service

Safety Audit

Réalisation d'un audit des obligations légales en matière de bien-être au travail d'une entreprise.

Objectifs

- **Réaliser un état des lieux de la prise en charge des dangers et risques au sein de l'entreprise.**
- **Proposer des mesures de prévention.**
- **Proposer les actions prioritaires.**
- **Permettre à l'employeur de mettre à jour ses plans global et annuel.**
- **Permettre à l'employeur de planifier les mesures à prendre.**

Contenu

Le conseiller en prévention de **Cohezio** organise une réunion et une visite des lieux de travail avec l'employeur et/ou le SIPP.

Sur base d'une check-list et de son expertise, il va :

- vérifier la prise en charge des différents risques présents dans l'entreprise ;
- identifier les mesures de prévention encore à prendre et les prioriser ;
- sur base des priorités, définir les services complémentaires les plus pertinents (utilisation des unités de prévention).

Pour qui ?

Tout employeur.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Le safety audit est réalisé sur base d'informations et de documents réunis lors d'une réunion et d'une visite des lieux de travail.
Une liste de documents à préparer sera transmise préalablement à l'intervention.

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

REF. sec_20/S/054 — Prix à la demande

Service

Analyse des risques participative

Réalisation de l'analyse des risques d'un service ou d'une entreprise à l'aide de la méthode participative SOBANE.

Objectifs

- **Aider l'employeur dans la réalisation des analyses des risques de ses activités. (articles I.2-5 et 6 du code du bien-être au travail).**
- **Formuler des mesures préventives ou correctives adaptées aux situations vécues dans l'entreprise.**

Contenu

La méthode SOBANE a comme caractéristique principale sa démarche participative.
Cette démarche participative peut être définie comme suit : collaboration directe, active et égalitaire entre les travailleurs et la ligne hiérarchique pour mettre en évidence les mesures à proposer pour améliorer la sécurité et de bien-être pour le personnel.
Grâce à la présence des acteurs de terrain, les situations, les besoins et les contraintes réelles peuvent être connues. Le travailleur devient acteur de la prévention et non simplement son objet.
L'analyse des risques est réalisée grâce à la grille Déparis de la méthode SOBANE.

Le conseiller en prévention de **Cohezio** intervient dans l'entreprise pour aider à former les groupes de travail, présenter le but et la procédure de la démarche, animer la réunion et recadrer le débat si nécessaire.
Il réalise ensuite le rapport de synthèse :

- la liste des points à étudier plus en détails avec les priorités ;
- la liste de solutions envisagées avec indication de qui fait quoi et quand ;
- les rubriques utilisées, contenant les informations détaillées ressortant de la réunion.

Pour qui ?

Toutes les entreprises.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
La réalisation de cette analyse des risques selon la méthode SOBANE nécessite l'accès à vos locaux ainsi que la création d'un groupe de travail composé notamment de personnes de terrain et de la ligne hiérarchique.

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

REF. sec_20/S/519 — Prix à la demande

Service

Analyse des risques sécurité d'une organisation ou d'un poste de travail

Réalisation de l'analyse de risques sécurité d'un poste de travail.
Cette analyse de risques permettra à l'employeur de :

- Compléter ses plans de prévention global et annuel.
- Mettre en place les mesures de prévention spécifiques.
- Prendre des mesures concrètes sur le terrain.
- Respecter les prescriptions de la législation article I.2-6 du code du bien-être au travail.
- Faire évoluer son système dynamique de gestion des risques.

Objectifs

- **Cibler les différents dangers présents à une organisation ou d'un poste de travail.**
- **Mettre en avant les risques associés.**
- **Donner des pistes concrètes d'actions pour supprimer ou diminuer ces risques.**

Contenu

L'analyse de risques comprend :

- l'identification des dangers pour le bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail ;
- l'inventaire des risques découlant de ces dangers ;
- l'évaluation des risques ;
- proposition de mesures de prévention.

Une analyse de risques est établie, basée sur les tâches et activités réalisées sur le poste de travail étudié : l'organisation du travail, les outils et substances utilisées seront ici étudiés en profondeur.

Pour qui ?

Tous les employeurs, ligne hiérarchique et SIPP.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Les utilisateurs du poste étudié doivent pouvoir être consultés, et leur poste de travail doit être accessible lors de l'intervention.

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

REF. sec_20/S/055 — Prix à la demande

Service

Aide à l'élaboration du plan global et du plan annuel d'action

La loi impose aux employeurs l'établissement et la rédaction d'un plan quinquennal global de Prévention.
Le plan global décrit les activités et les actions de prévention qui doivent être exécutées ou développées au cours des 5 années suivantes.
Sur base du résultat de l'analyse des risques, nous pouvons apporter notre expertise à votre entreprise afin de rédiger vos plans globaux de prévention et les plans d'action annuels.

Objectifs

Assister l'employeur pour :

- **formaliser les actions nécessaire à prendre pour améliorer le bien-être des travailleurs sur base des informations communiquées ;**
- **structurer et prioriser les actions améliorant le bien-être au travail dans l'entreprise, en tenant compte de sa réalité ;**
- **se conformer à la législation (art. I.2-8 et art. I.2-9 du code du bien-être au travail).**

Contenu

Le plan global de prévention comprend :

- les résultats de l'analyse des risques ;
- les mesures de prévention à établir ;
- les objectifs prioritaires à atteindre ;
- les activités et missions nécessaires pour atteindre les objectifs (mesures de prévention) ;
- les moyens organisationnels, matériels et financiers ;
- les missions, obligations et moyens de toutes les personnes concernées ;
- le mode d'adaptation du plan global de prévention lors d'un changement de circonstances ;
- les critères d'évaluation de la politique en matière de bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail ;

Le plan annuel d'action décrit les actions qui doivent être effectuées dans le cadre de la politique de prévention pour l'exercice de l'année suivante et est élaboré sur base du plan global de prévention.

Le plan d'action annuel comprend :

- les objectifs prioritaires dans le cadre de la politique de prévention pour l'exercice de l'année suivante ;
- les moyens et méthode(s) pour atteindre ces objectifs (mesures de prévention) ;
- les missions, obligations et moyens de toutes les personnes concernées.

Ce plan doit être facilement accessible aux différentes instances et doit être considéré comme un outil de «management de la sécurité».

L'élaboration des plans peut être combinée avec un audit (fiche 5.4) ou une visite de terrain.

Pour qui ?

Pour tout employeur.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

La participation de la ligne hiérarchique est indispensable pour l'élaboration de ces plans

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

REF. sec_20/S/056 — Prix à la demande

Service

Réalisation d'un plan d'urgence interne

Réalisation d'un plan d'urgence interne.

Objectifs

Aide concrète de terrain aux entreprises pour :

- se conformer à la législation (articles I.2-23 et III.3-23 du code du bien-être au travail) ;
- mettre en place des mesures et procédures concrètes en cas de problème majeur ou d'urgence ;
- étude de l'incidence des événements internes ou externes pouvant porter atteinte au bien-être des travailleurs ;
- garantir au maximum la continuité de l'activité de l'entreprise en cas de problème majeur ;
- assurer l'intervention rapide des services de secours.

Contenu

Elaboration d'un plan d'urgence interne base sur les procédures aux situations dangereuses et aux cas d'accident ou d'incident possibles qui sont spécifiques à l'entreprise ou à l'institution, ainsi qu'aux cas de violence d'origine externe.

Ces procédures portent sur :

- l'information et les instructions relatives aux mesures d'urgence ;
- le système d'alarme et de communication ;
- les exercices de sécurité ;
- les opérations d'évacuation et de premiers secours ;
- les dispositifs des soins d'urgence ;
- les mesures pour prévenir ou limiter le stress post-traumatique.

Pour qui ?

Tous les employeurs, y compris les entreprises locataires de leurs lieux de travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

L'accès à l'ensemble des locaux est nécessaire.

Les personnes ressources en matière des processus de l'activité et de la sécurité des bâtiments seront consultées.

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

REF. sec_20/S/057 — Prix à la demande

Service

Analyse d'un accident du travail grave

Rédaction du rapport circonstancié et de la proposition d'un plan d'action lors d'un accident du travail grave, tel que défini à l'art. I.6-2 du code du bien-être au travail.

Objectifs

- **Eviter la répétition de la survenance d'un accident par l'analyse des causes et la prise de mesures de prévention adéquates, conformément à l'art. I.6-5 du code du bien-être au travail.**
- **Permettre à l'employeur de respecter l'obligation de transmettre le rapport circonstancié ainsi que le plan d'action endéans les 10 jours suivant l'accident.**

Contenu

Dès la réception de la déclaration d'accident et du retour de la demande d'intervention de prestation :

- prise de rendez-vous avec l'employeur ;
- visite du lieu de l'accident ;
- entretien avec les témoins éventuels ;
- analyses des causes en collaboration avec l'employeur, la ligne hiérarchique, les témoins et les éventuelles entreprises tierces ;
- rédaction du rapport circonstancié et d'un projet de plan d'action.

Pour qui ?

Pour tout employeur ne disposant pas d'un conseiller en prévention interne de niveau 2 ou 1.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Tout accident doit être communiqué à **Cohezio** dans les plus brefs délais.
La déclaration d'accident de travail assurance accident de travail et le certificat médical doivent être transmis à **Cohezio**.
Le rapport circonstancié et le plan d'action rédigé par l'employeur doit être transmis au SPF au plus tard 10 jours après la survenance de l'accident de travail grave.

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

REF. sec_20/S/058

Prix à la demande

Service

Analyse d'un accident non grave

Analyse des causes d'un accident non grave, incident ou presque accident et rédaction d'un rapport.

Objectifs

Comprendre les causes d'un accident (non grave) et proposer des mesures préventives ou correctives afin d'en empêcher la répétition.

Contenu

- Le code du bien-être et la loi du 4/08/1996 impose à l'employeur de veiller à ce que son SIPP établisse une fiche d'accident du travail pour chaque accident ayant entraîné une incapacité de travail de quatre jours ou plus.
- La déclaration d'accident du travail peut être utilisée mais elle ne permet pas de comprendre les causes en profondeur.
- L'analyse des accidents non graves, des incidents et presqu'accidents permet d'avoir une meilleure connaissances des risques présents dans l'entreprise. Une analyse systématique de chaque événement non souhaité, si les mesures proposées sont mises en place, diminuera le risque de la survenance des accidents.

Pour qui ?

Pour tout employeur.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

La déclaration d'accident du travail et le certificat d'incapacité doivent être disponibles.

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

REF. sec_20/S/059

Prix à la demande

Service

Analyse approfondie des accidents du travail

Analyse de la fréquence, la gravité et les causes des accidents en collaboration avec le SIPP et/ou la ligne hiérarchique.

Objectifs

Cette analyse se fonde sur les données relatives aux accidents du travail des 5 dernières années. Nous analysons ensuite les causes des accidents.

L'examen statistique nous permet d'identifier les principales causes de ceux-ci selon :

- **la forme ;**
- **l'agent matériel ;**
- **l'emplacement des lésions ;**
- **la nature des lésions.**

Contenu

Proposition et plan d'action

Après avoir identifié les principales causes d'accidents, nous proposons un certain nombre de mesures de prévention visant à limiter les risques. Il est souhaitable d'élaborer un plan d'action en coopération avec le SIPP.
Dans un premier temps, celui-ci se penche sur les accidents graves, ainsi que sur les accidents entraînant les blessures les plus graves et donnant lieu à un absentéisme élevé.

Diverses mesures peuvent être prises avec votre aide.

- Lancer une campagne de sensibilisation.
- Informer la ligne hiérarchique sur la manière dont elle peut informer et encourager le personnel à se conformer aux directives en matière de sécurité.
- Participer à l'élaboration d'un registre de sécurité.
- Formation de la ligne hiérarchique.
- Contribuer à l'élaboration d'un plan d'action annuel.
- Contribuer à l'élaboration d'un plan quinquennal.
- Réaliser des enquêtes sur le lieu de travail visant à examiner les causes de l'accident.
- Publier des articles dans le magazine de l'entreprise.
- Soutenir la campagne à l'aide de photos et de consignes de sécurité.
- Suivi.
- Évaluation annuelle.

Pour qui ?

Pour tout employeur.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Les déclarations des accidents du travail et les certificats d'incapacité doivent être disponibles.

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

REF. sec_20/S/514

Prix à la demande

Service

Coordination de chantier

Réalisation de l'analyse des risques spécifique d'un chantier pour une entreprise travaillant en coactivité dans le cadre d'un projet avec coordination de chantier (AR 25/01/2001 concernant les chantiers temporaires ou mobiles).

Objectifs

- **Détection des risques présents sur un chantier de construction.**
- **Mesures préventives à mettre en place pour que chaque entreprise et chaque travailleur puisse travailler en toute sécurité.**
- **Validation de l'analyse de risques particulière au chantier.**
- **Réalisation du Plan Particulier de Santé-Sécurité (PPSS).**

Contenu

- Visite du chantier (utilisation de photos, documents mis à disposition par l'entreprise).
- Lecture du PGSS du Maître d'Ouvrage pour la rédaction du PPSS.
- Rédaction du PPSS.
- En option : réalisation de supports d'information pour les travailleurs (rappel des règles et usages sur les chantiers).

Pour qui ?

L'employeur susceptible de travailler sur un chantier en même temps que d'autres entreprises (coordination de chantier).

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : sur chantier.

Remarque : cette prestation ne remplace pas la mission du coordinateur sécurité.

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

REF. sec_20/S/510 — Prix à la demande

Service

Mise en service de machines et autres équipements de travail

Mise en service de machines et autres équipements de travail.
Pour tous les équipements de travail n'ayant pas passé la procédure des 3 feux verts.

Objectifs

- **Respecter la législation en vigueur qui impose à l'employeur d'être en possession d'un rapport de mise en service avant chaque mise en service d'un équipement de travail.**
- **Le rapport de mise en service permet d'établir le respect ou le non-respect des lois en vigueur en matière de sécurité et d'hygiène, ainsi que d'autres conditions complémentaires prévues lors de la commande.**
- **Examiner les aspects non couverts par le marquage CE, ainsi que l'adaptation de la machine aux conditions de fonctionnement spécifiques.**

Contenu

Réalisation d'une mise en service d'un équipement de travail :

- livré avec un marquage CE et une déclaration de conformité CE ;
- livré avec un marquage CE et une déclaration d'incorporation CE (directive Machines 2006/42/CE) ;
- ne disposant d'aucun marquage CE ni de déclaration de conformité CE ;
- prévoyant la vérification des éléments suivants : exigences de sécurité supplémentaires, surveillance de la santé, contrôles périodiques, maintenance, dispositifs de sécurité, mesures de protection collective et individuelle, etc.

Méthode

- Visite sur place pour procéder à un examen plus détaillé de l'équipement de travail dans l'environnement dans lequel il est utilisé.
- Vérification du marquage CE et de la déclaration de conformité CE.
- En l'absence du marquage CE et/ou de la déclaration de conformité CE, vérification de l'existence d'un rapport d'examen de conformité de l'équipement de travail.
- Vérification des exigences spécifiques et des aspects de sécurité de l'environnement dans lequel est utilisé l'équipement de travail.
- Réalisation de tests fonctionnels pour évaluer le fonctionnement des composants de sécurité.
- Rédaction d'un rapport de mise en service pour chaque équipement de travail.
- Fourniture de conseils.
- Remarque : il n'est pas prévu que **Cohezio** appose un marquage CE.

Pour qui ?

Employeur, ligne hiérarchique, SIPP, services techniques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise où l'équipement de travail sera utilisé.
Un opérateur expérimenté sera disponible pour procéder notamment aux tests fonctionnels.

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

REF. sec_20/S/053 — Prix à la demande

Service

Conformité de machines et autres équipements de travail

Vérification de la conformité de machines et autres équipements de travail.
Pour toutes les machines et tous les équipements de travail.

Objectifs

- **Satisfaire à la législation en vigueur qui exige que tous les équipements de travail mis à disposition soient conformes à la directive européenne sur les équipements de travail, qui a été transposée dans le livre IV du code du bien-être au travail.**
- **L'examen de conformité permet d'établir le respect ou le non-respect des lois en vigueur en matière de conformité des équipements de travail mis à disposition par l'employeur.**
- **Les équipements de travail sont vérifiés pour s'assurer de leur conformité aux prescriptions minimales.**

Contenu

Réalisation d'un examen de conformité sur base de l'annexe IV.2-2 concernant les prescriptions minimales générales (19 points), du livre IV, titre 2 du code du bien-être au travail.

- Si un marquage CE est présent sur l'équipement de travail et qu'une déclaration CE a été délivrée, vérification de la conformité du marquage CE par rapport à la directive Machines en vigueur et de la conformité de la déclaration CE par rapport à l'annexe II.1.A.
- Réalisation de tests fonctionnels pour évaluer le fonctionnement des composants de sécurité.

Méthode

- Visite sur place pour procéder à un examen plus détaillé de l'équipement de travail dans l'environnement dans lequel il est utilisé.
- Réalisation d'un examen de conformité sur base de l'annexe IV.2-2 concernant les prescriptions minimales générales (19 points), du livre IV, titre 2 du code du bien-être au travail.
- Si un marquage CE est présent sur l'équipement de travail et qu'une déclaration CE a été délivrée, vérification de la conformité du marquage CE par rapport à la directive Machines en vigueur et de la conformité de la déclaration CE par rapport à l'annexe II.1.A
- Réalisation de tests fonctionnels pour évaluer le fonctionnement des composants de sécurité.
- Rédaction d'un rapport de conformité pour chaque équipement de travail.
- Fourniture de conseils.

Pour qui ?

Employeur, ligne hiérarchique, SIPP, services techniques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise où l'équipement de travail est utilisé.
Un opérateur expérimenté sera disponible pour procéder notamment aux tests fonctionnels.

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

REF. sec_20/S/515 — Prix à la demande

Service

Analyse des risques d'une machine ou d'un autre équipement de travail

Établissement d'une analyse des risques de machines et autres équipements de travail.
Pour toutes les machines et tous les équipements de travail.

Objectifs

- **Respecter les obligations générales des employeurs visant à identifier les dangers, et à constater, préciser et évaluer les risques.**
- **Formuler des recommandations / conseils pour réduire les risques.**

Contenu

Réalisation d'une analyse des risques consistant à :
1 - Identifier les dangers ;
2 - Constater et préciser les risques ;
3 - Évaluer les risques ;
4 - Formuler des recommandations / conseils pour réduire les risques.

Méthode
- Visite sur place pour procéder à une analyse des risques de l'équipement de travail dans l'environnement dans lequel il est utilisé.
- Lors de l'analyse des risques, l'attention se porte notamment sur :
  - le poste de travail (l'environnement) ;
  - l'équipement de travail ;
  - les utilisateurs / opérateurs et toute autre personne présente ;
  - les principes d'ergonomie ;
  - les aspects psychosociaux ;
  - les tests fonctionnels.
- Réalisation de tests fonctionnels pour évaluer le fonctionnement des composants de sécurité.
- Réalisation d'une analyse des risques pour chaque équipement de travail.
- Formulation de recommandations / conseils pour réduire les risques.

Pour qui ?

Employeur, ligne hiérarchique, SIPP, services techniques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise où l'équipement de travail est utilisé.
Un opérateur expérimenté sera disponible pour procéder notamment aux tests fonctionnels.

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

REF. sec_20/S/516 — Prix à la demande

Service

Analyse des risques d'une installation électrique basse tension

Établissement de l'analyse des risques des installations électriques basse tension, conformément à l'AR du 4/12/2012. Aussi bien pour les installations électriques basse tension nouvelles qu'existantes.

Objectifs

Respecter les obligations légales (titre 2 du livre III du code du bien-être au travail) de l'employeur pour protéger les travailleurs des risques liés aux installations électriques et à leur utilisation.

Contenu

La réalisation d'une analyse des risques consiste à :

- identifier les dangers ;
- définir les risques ;
- évaluer les risques ;
- formuler des recommandations pour réduire les risques.

Méthode

- Visite sur place pour procéder à une analyse des risques de l'installation électrique basse tension dans l'environnement dans lequel elle se trouve.
- Lors de l'analyse des risques, l'attention se porte notamment sur :
  - les lieux de travail (l'environnement) ;
  - l'installation électrique basse tension ;
  - les tableaux électriques basse tension ;
  - les rapports de contrôle et les schémas électriques ;
  - les techniciens qui utilisent l'installation électrique basse tension et effectuent des travaux ;
  - les aspects liés à l'ergonomie.
- Réalisation d'une analyse des risques pour chaque tableau électrique basse tension.
- Formulation de recommandations pour réduire les risques.

Pour qui ?

Employeur, SIPP, services techniques internes et externes.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

L'analyse des risques a lieu dans l'entreprise où se trouve l'installation électrique basse tension.
Un technicien ou une personne expérimentée sera disponible pour donner accès à l'installation équipée des tableaux électriques.

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

REF. sec_20/S/517 — Prix à la demande

Service

Réalisation d'une fiche simplifiée d'utilisation d'une machine ou d'un équipement de travail

Réalisation d'une fiche simplifiée sur les principaux points liés à l'utilisation d'une machine ou d'un équipement de travail.

Objectifs

- **Créer une fiche reprenant de manière simple et claire les renseignements utiles liés à l'utilisation d'une machine ou d'un équipement de travail.**
- **Donner à tout utilisateur les informations principales de sécurité liées à l'utilisation d'une machine ou d'un équipement de travail via un affichage de proximité.**

Contenu

La fiche simplifiée permet d'informer rapidement le travailleur sur l'utilisation de l'équipement, comment le démarrer, l'arrêter et l'utiliser, … pour être en sécurité.
Il doit exister, pour toute installation machine ou outil mécanisé, des instructions écrites nécessaires à leur fonctionnement, leur mode d'utilisation, leur inspection et leur entretien. Les renseignements relatifs aux dispositifs de sécurité sont joints à ces instructions.

Cette fiche simplifiée contient au minimum (article IV.2-5 du code du bien-être au travail) :
- les conditions d'utilisation des équipements de travail ;
- les situations anormales prévisibles ;
- les conclusions à tirer de l'expérience acquise, le cas échéant, lors de l'utilisation d'équipements de travail.

Les informations suivantes sont également utiles :
- les risques principaux et mesures de sécurité mises en place (équipements de protection collective et équipements de protection individuelle) ;
- les entretiens courants à réaliser par l'opérateur et leur fréquence (points de graissage, nettoyage, …) ;
- les pannes ou dysfonctionnements fréquents que peut rencontrer l'opérateur et qu'il peut résoudre seul sans appeler le service de maintenance et la manière de résoudre ces dysfonctionnements.

Pour qui ?

Employeur, ligne hiérarchique, SIPP, service technique.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise où l'équipement de travail est utilisé.
Un opérateur expérimenté sera disponible pour procéder notamment aux tests fonctionnels.
Il est également nécessaire de consulter les documents expliquant le fonctionnement de l'équipement : manuel d'utilisation, manuel de maintenance et d'entretien, …

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

REF. sec_20/S/518 — Prix à la demande

Service

Cahier des charges d'achat d'une machine ou d'un autre équipement de travail

- Lors de l'achat d'équipements de travail, il est légalement obligatoire de mener une politique préventive visant à maîtriser les nouveaux risques en matière de santé et de sécurité.
- Une phase importante à cet égard est la préparation et la passation de la commande. La procédure des trois « feux verts » peut contribuer considérablement à la maîtrise des nouveaux risques.
- L'achat d'équipements de travail nécessite donc une approche réfléchie.
- Un cahier des charges reprend également les aspects non couverts par le marquage CE, ainsi que les adaptations de la machine aux conditions de fonctionnement spécifiques.
- Un cahier des charges peut être établi pour les machines, les outils mécanisés, les installations et les équipements de protection individuelle et collective.

Objectifs

- **Respecter les obligations des employeurs consistant à écarter les nouveaux risques de l'entreprise ou à les réduire au strict minimum au travers d'une approche réfléchie des achats.**
- **Rassembler les conditions pour l'achat d'installations, de machines et d'outils mécanisés, qui sont indispensables pour atteindre l'objectif fixé par le système dynamique de gestion des risques, et ainsi respecter la législation en vigueur définie dans l'article IV.2-6 du code du bien être au travail.**
- **L'élaboration d'un cahier des charges permet de réduire au maximum les risques en matière de santé et de sécurité.**
- **Fournir au département des achats un cahier des charges permettant de réaliser une étude de marché.**

Prix à la demande

Contenu

Élaboration d'un cahier des charges tenant compte :
1° des analyses des risques ;
2° de la hiérarchie de prévention ;
3° de l'expérience disponible ;
4° des éventuelles exigences complémentaires.

Méthode
- Un cahier des charges est établi en collaboration et en concertation avec les intéressés tels que :
  - l'employeur ;
  - le service interne de prévention ;
  - le département des achats ;
  - des opérateurs expérimentés (si possible) ;
  - d'autres personnes susceptibles d'apporter une contribution utile.
- Visite sur place pour examiner l'environnement dans lequel l'équipement de travail sera utilisé.
- S'il existe déjà une analyse des risques du poste de travail, vérifier si des ajouts sont nécessaires pour le nouveau poste de travail.
- S'il n'existe pas encore d'analyse des risques du poste de travail ou si l'analyse des risques existante doit être révisée, possibilité d'en discuter de manière concertée et, si nécessaire, élaboration éventuelle d'une nouvelle analyse des risques.

Le cahier des charges comprend notamment les éléments suivants :
- objectif général de sécurité ;
- formulation de consignes de sécurité ;
- aperçu des exigences complémentaires ;
- aperçu des documents à fournir par le fournisseur ;
- conditions de livraison, de garantie et de paiement ;
- installation et raccordement de la machine ;
- le cas échéant, contrôle effectué par un SECT ;
- tests fonctionnels pour évaluer le fonctionnement des composants de sécurité ;
- réalisation d'essais ;
- traitement des non-conformités ;
- réception provisoire ;
- réception ;
- etc.

Pour qui ?

Employeur, SIPP, services techniques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. sec_20/S/520

Service

Avis, aide et choix des équipements de protection individuels et collectifs

Cohezio peut vous aider à procéder à une appréciation des équipements de protection individuelle ou collective que vous envisagez d'acquérir et ce, afin d'évaluer dans quelle mesure votre futur achat répond aux conditions prescrites.

Cohezio peut aussi procéder à une évaluation des équipements existants.

Objectifs

Donner un avis sur les équipements de protection individuels ou collectifs.

Contenu

L'avis rendu par le conseiller en prévention **Cohezio** tient compte de :

- l'analyse de risques de l'activité ;
- la législation en vigueur.

La mise à disposition d'équipements de protection ne peut être envisagée que si un risque résiduel ne peut être limité ou éliminé à la source, que si toutes les autres techniques de réduction de risque ont été étudiées et se sont révélées insuffisantes.

Par équipement de protection collective ou individuelle (EPC ou EPI), on entend tout équipement destiné à être porté ou tenu par le travailleur en vue de le protéger contre un ou plusieurs risques susceptibles de menacer sa sécurité ou sa santé au travail, ainsi que tout complément ou accessoire non porté ou tenu destiné à cet objectif.

Pour qui ?

Tout employeur, ligne hiérarchique, SIPP.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Fournir l'analyse de risques du poste de travail.
Une visite sur place peut s'avérer nécessaire.

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

REF. sec_20/S/512 — Prix à la demande

Service

Mise à disposition d'un conseiller en prévention

Grâce à leurs compétences et à leur expérience, nos conseillers en prévention vous apportent une assistance temporaire pour remplir les missions et tâches définies au titre 1 du livre II du code du bien-être au travail (service interne de prévention et de protection au travail).

Objectifs

- **Assurer le remplacement temporaire de votre SIPP**
- **Renforcer le Service Interne de Prévention et de Protection en mettant à votre disposition un conseiller en prévention-sécurité de niveau 1 ou 2 en fonction des besoins de votre entreprise.**
- **Coacher le conseiller en prévention interne.**

Contenu

Toutes les missions prévues dans le code du bien-être au travail qui doivent être effectuées par le conseiller en prévention interne.

Toutes les missions spécifiques demandées par le directeur du SIPP en cas de renforcement du SIPP.

Pour qui ?

Pour toute entreprise.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. sec_20/S/513

Prix à la demande

Service

Monitoring et analyse vibratoire dans les bâtiments et sur les infrastructures sensibles

Les vibrations transmises par le sol peuvent endommager les constructions et perturber le confort des occupants. Des effets peuvent également être observés sur les équipements électroniques sensibles (serveurs, matériel de mesure de précision, …). Les principales sources de vibrations dans les bâtiments sont le charroi, les tirs de mine dans les carrières et les chantiers (pieux, démolitions, …). Certaines machines de grandes puissances peuvent également générer des vibrations (broyeurs, cribles, …).
Afin d'évaluer le risque structurel et le confort dans les bâtiments et identifier les sources de vibrations, nous proposons d'évaluer les niveaux vibratoires dans votre entreprise ou chez les riverains.

Objectifs

- **Quantifier les vibrations et comparer les niveaux vibratoires aux normes en vigueur (ISO 2631, DIN 4150, …).**
- **Alerter l'entreprise en cas de dépassement des valeurs limites par email, sms, … (ex : chantier).**
- **Identifier l'origine des vibrations, notamment par analyse des profils ou par analyse fréquentielle.**
- **Déterminer les mesures techniques permettant de limiter les vibrations et définir un plan d'action.**
- **Informer les travailleurs et la ligne hiérarchique.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire :

- **étape 1** : mise en place d'un monitoring vibratoire aux points récepteurs (durée allant de quelques heures à un monitoring permanent ;
- **étape 2** : inventaire des points lumineux et de leurs caractéristiques ;
- **étape 3** : analyse des données, interprétation des résultats et évaluation de la conformité par rapport à la législation et aux normes pertinentes ;
- **étape 4** : déterminer et hiérarchiser les mesures techniques à mettre en place ;
- **étape 5** : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport.

Pour qui ?

Toutes les entreprises confrontées à la problématique des vibrations transmises par le sol, les entreprises de construction, les carrières, les data centers, …

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 jour à 6 mois ou installation permanente chez le client.

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

REF. mod_20/S/514 — Prix à la demande

Service

Safetify

La plateforme Safetify est née d'un constat effectué en entreprises par une équipe de professionnels expérimentés : mettre en place une politique de prévention efficace est un casse-tête pour la plupart d'entre elles.

Nous avons donc décidé de développer un outil informatique simple d'utilisation et complet, à l'usage de tous les acteurs concernés par la prévention.

Les fonctionnalités de Safetify ont été imaginées en allant à la rencontre d'entreprises mais également en organisant des tables de discussions avec des acteurs clés tels que des ingénieurs du Fonds des maladies professionnelles, des services externes de prévention et des conseillers en prévention chevronnés.

Safetify évolue en permanence, en fonction des besoins et contributions de nos utilisateurs.

Objectifs

Structurer votre système dynamique de gestion des risques au moyen d'un outil logiciel collaboratif.

Contenu

- Inventaires de vos équipements, zones, tâches et produits dangereux.
- Analyse de risques de chaque métier.
- Suivi des accidents de travail.
- Suivi du plan d'action et des constats faits sur le terrain (via application smartphone).
- Gestion du plan de formation.
- Gestion des EPI.
- Accès à une base de données partagées d'analyses de risques.

Pour qui ?

Toutes les entreprises.

Prestataires

Modyva (distributeur Safetify).

Infos pratiques

Abonnement annuel.

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

REF. mod_20/S/515

Prix à la demande

Formation

Sensibilisation de la ligne hiérarchique à la politique du bien-être

Dans la mise en place d'une politique de bien-être au travail, différents acteurs ont un rôle et une responsabilité : l'employeur, les travailleurs, le service interne de prévention et de protection et le service externe de prévention et de protection mais aussi l'ensemble de la ligne hiérarchique.

Objectifs

Si une entreprise veut mettre en place une politique du bien-être efficace, en première instance, l'employeur doit exiger une attitude positive et fondamentale à son l'égard.

En second lieu, cette politique doit être exécutée et portée par la ligne hiérarchique.

Du point de vue légal, il existe un nombre important de responsabilités attribuées à ces personnages-clés de l'entreprise.

La formation dispensée a pour objectif de leur présenter ces responsabilités mais aussi de leur faire prendre conscience de l'importance de leur rôle dans les domaines de la sécurité et la santé au travail.

Contenu

L'intervention contribue à :

- donner un aperçu du système dynamique de gestion des risques ;
- sensibiliser et clarifier les rôles et responsabilités de chacun dans l'organisation de la politique de bien-être ;
- fournir les bases théoriques et pratiques pour contribuer à sa mise en place ;
- présenter l'analyse des accidents de travail ;
- informer sur les aspects juridiques.

Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. sec_20/F/514 — Prix à la demande

Formation

Analyse de risques en pratique

La formation est destinée à tout employeur désireux de mettre en œuvre une politique de prévention au sein de son entreprise. Une des premières étapes de cette politique est d'identifier les dangers et les risques afin de prévoir les mesures de prévention adéquates et adaptées.

Objectifs

Inventorier et évaluer les risques dans le domaine de la sécurité au travail afin de pouvoir définir les mesures de prévention adéquates destinées à éliminer les risques ou à ramener le risque résiduel à un niveau acceptable.

Ces mesures aboutissent en fin de compte à un plan d'action clair, fixant les priorités.

Contenu

L'analyse de risques peut s'effectuer à trois niveaux différents :

- **niveau 1** : l'organisation ;
- **niveau 2** : les postes de travail et/ou les fonctions ;
- **niveau 3** : l'individu.

Différentes méthodes peuvent être utilisées pour réaliser une analyse de risques :

- les check-lists ;
- la visite des lieux de travail ;
- l'observation ;
- les groupes de travail avec participation active des travailleurs concernés (Déparis, Kinney, …) ;
- la pondération des risques avec détermination des priorités ;
- la réalisation de mesurages.

Présentation du logiciel SAFETIFY.

Pour qui ?

Les membres de la ligne hiérarchique.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. sec_20/F/515

Prix à la demande

Formation

Analyse des accidents de travail

Afin d'éviter leur répétition, il est essentiel d'analyser les causes réelles des accidents et incidents qui se produisent sur les lieux de travail. En agissant de manière préventive sur les causes, l'entreprise réduit les risques de nouveaux accidents et participe activement à la gestion dynamique de son système de sécurité.

Objectifs

Au terme de cette formation, les travailleurs doivent être en mesure de :

- **qualifier un accident de travail (grave, non grave, presque accident, incident) et connaitre les obligations légales qui en découlent ;**
- **réaliser une enquête sur les accidents de travail ;**
- **formuler des mesures de prévention pour éviter des accidents similaires.**

Contenu

Les participants sont familiarisés avec un certain nombre de méthodes pour l'exécution d'une telle analyse.

Après l'explication théorique des méthodes, elles sont mises en pratique à l'aide d'exemples concrets.

Pour qui ?

Les employeurs, SIPP et ligne hiérarchique.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. sec_20/F/516 — Prix à la demande

Formation

Espaces verts

Cette formation est adaptée aux entreprises où les travailleurs manient régulièrement des tronçonneuses, des tondeuses, des débroussailleuses ou des tailles-haies. Chacun des gestes qu'ils pratiquent peut engendrer un danger pour leurs collègues ou pour eux-mêmes et ce malgré le fait que les consignes élémentaires de sécurité sont généralement bien suivies. Il est nécessaire de rappeler régulièrement les dangers à ces travailleurs, de les informer et de les sensibiliser.

Objectifs

- **Diminuer les accidents de travail.**
- **Diminuer les risques pour la santé (bruit, produits chimiques, manipulations ergonomiques, travail avec des outils, …).**
- **Stimuler une position de protection du dos.**
- **Stimuler une prise de conscience des risques découlant de l'utilisation de machines.**
- **Adopter un comportement plus écologique (diminuer l'utilisation de produits chimiques, efficacité, …).**

Contenu

Les aspects suivants sont passés en revue :

1. La législation
Description des responsabilités, obligations des travailleurs et de la ligne hiérarchique ; code du bien-être au travail.

2. Les facteurs de risques
- Risques d'accidents corporels.
- Bruits et vibrations.
- Risques chimiques, produits dangereux, gaz d'échappement.
- Risques biologiques, tétanos, …
- Risques liés à l'utilisation de tronçonneuses, de tondeuses, de débroussailleuses ou de tailles-haies, …

3. Les postures ergonomiques

4. Les moyens de protection individuels
Lunettes, casques, protections auditives, gants, vêtements de sécurité, …

5. Conseils pratiques pour améliorer la sécurité et le bien-être des travailleur.

Pour qui ?

Les ouvriers communaux, les garde-forestiers, les jardiniers, les gardiens de parc, les responsables et conseillers en prévention.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. sec_20/F/517 — Prix à la demande

Formation

Conseiller en prévention niveau III

Toute entreprise a l'obligation d'avoir en son sein un (des) conseiller(s) en prévention. Cette formation a pour objectif de fournir aux participants des outils de base afin de gérer la prévention au sein de leur entreprise.

Objectifs

Permettre aux participants d'exercer les fonctions de Conseiller en prévention niveau III, et notamment de :

- **trouver l'information correcte pour conseiller l'employeur, la ligne hiérarchique et les travailleurs par la connaissance de la législation sur le bien-être ;**
- **dépister les dangers, évaluer les risques et réaliser des plans d'action en proposant les moyens de prévention adaptés ;**
- **pouvoir analyser les accidents ;**
- **réaliser la coordination des activités de prévention dans l'entreprise, avec les tiers et avec les services externes ;**
- **assister l'employeur pour contribuer à la mise en conformité de l'entreprise sur un plan légal et réglementaire.**

Contenu

- **Module 1** : introduction + réglementation.
- **Module 2** : acteurs du bien-être : rôles et responsabilités.
- **Module 3** : système dynamique de gestion des risques et analyses de risques.
- **Module 4** : analyses d'accidents de travail + plans d'action.
- **Module 5** : surveillance médicale de la santé.
- **Module 6** : ergonomie : bruit, confort thermique, vibrations, facteurs d'ambiance ; manutention et travail sur écran.
- **Module 7** : les risques psychosociaux.
- **Module 8** : hygiène industrielle, produits dangereux, amiante.
- **Module 9** : accueil des nouveaux travailleurs, travail avec des tiers, chantiers temporaires ou mobiles et intérimaires.
- **Module 10** : plan d'urgence interne, prévention de l'incendie, premiers secours + signalisation de sécurité.
- **Module 11** : électricité, atmosphères explosives (Atex), espaces confinés.
- **Module 12** : équipements de travail, de levage, travail en hauteur, contrôles périodiques, équipements de protection collective et individuelle. examen.

Pour qui ?

Les futurs conseillers en prévention niveau III, Les membres de la ligne hiérarchique, les responsables du personnel, les membres du CPPT. Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation.

Formateur

Le conseiller en prévention des disciplines étudiées de **Cohezio**.

Examen

À l'issue du 6ème jour, les candidats passeront un examen. Après réussite, un certificat est remis au participant.

Infos pratiques

Durée : 6 jours. Maximum 25 personnes.

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

Horaire : de 9h à 17h.

Repas : le repas de midi et le café durant les pauses sont offerts (si la formation se déroule dans les locaux de **Cohezio**).

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

REF. sec_20/F/518 — Prix à la demande

Formation

ATEX : risques liés aux zones à atmosphères explosives

PARTENAIRE

La règlementation concernant les zones à risque d'explosion demande à toute entreprise de maîtriser les risques relatifs à l'explosion au même titre que tout autre risque professionnel. Pour y parvenir, une évaluation du risque d'explosion dans l'entreprise est nécessaire mais n'est certainement pas suffisante. Les travailleurs de l'entreprise, et toute personne ayant accès aux zones Ex doivent être formés à travailler de manière adéquate et sécurisée dans ces zones. Le matériel installé et/ou employé doit, pour sa part, répondre de manière spécifique aux exigences techniques de fabrication relatives à ces zones (modes de protections). Cette formation vise à permettre aux apprenants une analyse critique des situations de travail pouvant générer une atmosphère ATEX (à risque d'explosion) en /ou hors zone et d'en gérer au mieux les modes de prévention et de protection afin d'éviter ces risques d'explosion.

Objectifs

Enseigner à votre personnel les connaissances sur le comportement à adopter, la circulation, et le travail en sécurité en atmosphères explosives et répondre aux obligations légales et réglementaires.

Contenu

Théorie

- Eléments constitutifs de l'explosion.
- Analyse de chacun des critères en insistant sur les produits de l'entreprise.
- Point éclair, EMI (Energie minimale d'inflammation), IEMS (Interstice expérimental minimal d'inflammation), LIE- LSE (inflammation – explosion), …
- Analyse des caractéristiques des produits utilisés, fabriqués dans les entreprises.
- Autre source d'ATEX : huile pulvérisée chaude, peintures, ...
- Prévention : comment éviter l'atmosphère ATEX malgré la présence de produits ?
- Les 13 sources : surfaces chaudes, flammes et gaz chauds, …
- Prévention : comment éviter l'inflammation ?
- Normes de zonage – Méthodes actuelles de zonage et dézonage.
- Organisation du travail en interne, avec les travailleurs extérieurs : permis, consignation, coordination, formation, …
- Les protections : events d'explosion, arrête-flammes, …
- Le matériel : marquage – certificats de conformité et attestations de type – guide d'utilisation et d'entretien
- Zonage – catégorie- classification des gaz - mode de protection…
- Matériel et outillage pour le travail en zone à risque d'explosion.
- Document relatif à la protection contre les risques d'explosion.
- Analyse de la structure et points d'attention.
- Références légales : directives ATEX 94/9/CE et 99/92/CE + les particularités de leurs transpositions en droit belge.
- Normes et site Internet de qualité.

Pratique

- Marquage, les zones, l'inertage, les modes de dégazage, les systèmes de protection, …
- Situations pratiques : analyse des risques avant de travailler et mise en place des mesures (opérations de maintenance).
- Situations pratiques : zonage , plans et mesures pour limiter les conséquences.
- Synthèse des observations sur site et rappel de l'application de la théorie aux situations et évènements concrets.

Pour qui ?

Personnel gestionnaire d'installations, de parcs machines, opérateurs de production, personnel de prévention (conseillers et gestionnaires), personnel d'encadrement, membres d'un service maintenance ou d'engineering.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 7 h30 en 1 journée.
Taille des groupes : minimum 8 personnes - maximum 12 personnes. **Attestation** : délivrance d'une attestation de formation. **Prérequis** : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/501 — Prix à la demande

Formation

VCA cadre opérationnel

PARTENAIRE

La formation VCA sensibilise les travailleurs aux risques et dangers potentiels sur le lieu de travail. Principes de base en matière de sécurité, les principaux risques, comment éviter un accident et évaluer les risques.

Objectifs

Dans le cadre de la mise en place d'un système de management de la santé et de la sécurité selon le référentiel VCA 2008/05, tous les travailleurs opérationnels doivent obtenir un diplôme décerné par un centre d'examen agréé.

Contenu

- Législation (RGPT-Code-responsabilités patronales, de la ligne hiérarchique, du travailleur, civile, pénale- inspection médicale-donneur d'ordre-contractant-sous-traitant).
- Risque (définition-analyse de risque-préparation du travail – approches-mesures-communication).
- Accident (interaction entre l'homme, l'équipement et l'environnement-presqu'accident-plaintes-maladie-maladie professionnelle-absentéisme).
- Promouvoir le travail sécurisé (motivation-loi de Burkhardt-rôle du dirigeant-certification LSC).
- Permis de travail (procédures-contenu-délai de conservation-permis spécifiques-surveillant incendie-garde de sécurité).
- Plan interne d'Urgence (définition-but-conditions-contenu-formation et exercices).
- Substances dangereuses (définition-risques-mesures-valeurs limites admissibles-exposition et voies d'adsorption-hygiène personnelle-stockage et utilisation).
- Incendie (déclenchement-types de combustion-auto-inflammation-limites d'explosivité-répartition des feux-prévention-moyens et appareils d'extinction).
- Machines et outils (définition-législation-risques-mesures-outils à main-brides d'isolation).
- Lever, hisser, porter (engins de levage-équipement de transport interne-manutention manuelle).
- Trébuchements et glissade (risques-prévention-circulation interne).
- Travaux en hauteur (échelles-échafaudages-nacelles-travaux sur toiture-protection contre les chutes).
- Electricité (définition-risques-environnement-conséquences-sortes d'électricité-mesures).
- Souder (soudage électrique-soudage au chalumeau oxyacéthylénique ou soudage autogène).
- Rayonnements (définition-ionisant et non –ionisant-ultraviolet-Infrarouge-mesures-suivi médical).
- Amiante (définition-risques pour la santé-mesures).
- Bruits et vibrations (mesures-gravité des dommages –protection-main-bras-mesures).
- Ergonomie (définition-charge physique et mentale-facteurs d'environnement-écrans de visualisation).
- Espaces confinés (caractéristiques-risques-incendie-ventilation-matières inflammables et auto-inflammables-asphyxie et intoxication-électrocution-trébuchements-mesures préparatoires- EPI).
- EPI (utilisation-commande et achat-mode d'emploi-différents types).
- Signalisation (objectifs et normes-groupes de panneaux-bouteilles de gaz, marquage de couleur et étiquette).

Pour qui ?

Personnes de la ligne hiérarchique employées par une société mettant en place ou utilisant un système de management de la santé et de la sécurité selon le référentiel VCA 2008/05.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 14 h00 de formation + 75 min d'examen en 2 journées. **Taille des groupes** : maximum 20 personnes. **Attestation** : A l'issue de la formation et de l'examen, un diplôme émis par un centre d'examen agréé par l'asbl BeSaCC-VCA sera remis à chaque participant ayant réussi l'examen. **Prérequis** :aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/513 — Prix à la demande

Formation

VCA sécurité de base

PARTENAIRE

La formation VCA sensibilise les travailleurs aux risques et dangers potentiels sur le lieu de travail. Principes de base en matière de sécurité, les principaux risques, comment éviter un accident et évaluer les risques.

Objectifs

Dans le cadre de la mise en place d'un système de management de la santé et de la sécurité selon le référentiel VCA 2008/05, tous les travailleurs opérationnels doivent obtenir un diplôme décerné par un centre d'examen agréé.

Contenu

- Cadre législatif (cadre législatif-chacun son rôle).
- Risque (définition-risques sur le lieu de travail-prévention des risques).
- Accident (définition-comment survient un accident-action/situation dangereuse-défaillance humaine-contexte-prévention des accidents-que faire en cas d'accident).
- Permis de travail (définition-contenu-responsabilités-permis particuliers).
- Substances dangereuse (définition-effets sur la santé-classification-information-valeurs limites-perception de l'odeur-oxygène-mesures de prévention).
- Incendie (triangle du feu-types d'incendie-types de moyens d'extinction-que faire en cas d'incendie).
- Espaces confinés (définition-dangers et risques-mesures de sécurité-appareils à risques spécifiques-travaux à risques spécifiques).
- Machines et outils (dangers et risques liés aux travaux avec des machines outils-mesures-machines fréquemment utilisées-outillage à main simple-outillage mécanique-brides d'isolation.
- Lever, hisser, porter (engins de lavage-palans-chariots élévateurs à fourches et transpalettes-soulever et déplacer manuellement des charges.
- Trébuchement et glissade (dangers et risques-mesures-escaliers).
- Travaux en hauteur (travaux en hauteur-échelles- échafaudages-élévateurs à nacelle-nacelles-situations de travail spécifiques-protection individuelle contre le risque de chute).
- Electricité (définition et formules-électricité statique-matériel électrique-qualifications).
- Equipements de protection individuelle (description et utilisation –types d'EPI).
- Signalisation (objectifs et normes-groupes de panneaux-bouteilles de gaz, marquage de couleur et étiquette).

Pour qui ?

Travailleurs opérationnels sur chantier, employés par une société mettant en place ou utilisant un système de management de la santé et de la sécurité selon le référentiel VCA 2008/05.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 7 heures de formation + 1heure d'examen en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 20 personnes.
Attestation : à l'issue de la formation et de l'examen, un diplôme émis par un centre d'examen agréé par l'asbl BeSaCC-VCA sera remis à chaque participant ayant réussi l'examen.
Prérequis : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/514

Prix à la demande

Formation

Risques électriques BA4

PARTENAIRE

La compétence des personnes qui est codifiée sous BA4 est attribuée aux travailleurs par l'employeur. La diversité de cette attribution selon le type d'installation électrique ou le type de travaux pour lesquels cette compétence est valable, doit être déterminée.
L'appréciation de cette compétence chez les personnes électriciens ou non doit tenir compte : des connaissances des travailleurs relatives aux risques qui sont occasionnés par les installations électriques, acquises par la formation ou par expérience au sein ou à l'extérieur de l'institution de l'employeur.

Objectifs

- **Gérer les risques et les dangers à proximité des installations électriques, maîtriser le risque électrique, être capable de travailler en équipe sous la surveillance d'un BA5.**
- **Connaître les risques liés au travail sur/à proximité d'installations électriques.**
- **Être capable de travailler en sécurité en appliquant les consignes établies.**
- **Être capable de signaler toute anomalie sécurité, se protéger dans les cas où la sécurité n'est plus assurée.**

Contenu

- Notions et aspects législatifs (RGIE, loi B.E.T), obligations légales concrètes, définitions, codes d'habilitation (généralités).
- Risques électriques, accidents, gestion et mesures de prévention (généralités).
- Notions fondamentales de l'électricité.
- Principes de prévention et de protection.
- Protection des réseaux.
- Classes de matériel.
- Mesures de prévention au quotidien, travail en sécurité (consignation, séparation, commande…).
- Types d'appareils.
- Equipements de protection individuelle, modalités d'utilisation (présentation des différents EPI).
- Principes de consignation (généralités).
- Conduite à tenir en cas d'accident (généralités).
- Conduite à tenir en cas d'incendie, effets des moyens d'extinction (généralités).
- Contenu de l'habilitation BA4 vs BA5, échanges entre BA5 et BA4.
- Responsabilités des opérateurs.
- Approche ludique de l'électricité avec exemples simples mais clair + petits films mettant en avant les grands principes de ce qu'il ne faut pas faire.

Test de connaissances au travers de questionnaires à choix multiples (QCM).

Pour qui ?

Agents des services techniques (électriciens ou non) amenés à travailler sous la surveillance d'un BA5 dans le cadre d'une exposition aux risques électriques et capables dans ce cadre de comprendre et d'appliquer les consignes de sécurité.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée :** 7 heures en 1 journée. **Taille des groupes :** maximum 15 personnes. **Attestation** : délivrance d'un certificat de connaissance nominatif reprenant le contenu de la formation donnée et attestant de la réussite du test théorique. **Prérequis** : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/503 — Prix à la demande

Formation

Risques électriques BA5

PARTENAIRE

La compétence des personnes qui est codifiée sous BA4 est attribuée aux travailleurs par l'employeur. La diversité de cette attribution selon le type d'installation électrique ou le type de travaux pour lesquels cette compétence est valable, doit être déterminée.
L'appréciation de cette compétence chez les personnes électriciens ou non doit tenir compte : des connaissances des travailleurs relatives aux risques qui sont occasionnés par les installations électriques, acquises par la formation ou par expérience au sein ou à l'extérieur de l'institution de l'employeur.

Objectifs

- **Evaluer et gérer les risques et les dangers du courant électrique, maîtriser le risque électrique, être capable d'assurer et d'encadrer la sécurité électrique d'un chantier, être capable de travail seul en sécurité.**
- **Identifier, évaluer, gérer seul les risques liés au travail sur/à proximité d'installations électriques.**
- **Etre capable de travailler en sécurité en tant qu'exécutant isolé/surveillant de chantier (gestion autonome de la sécurité électrique du chantier).**
- **Chef d'équipe (gestion de la sécurité électrique du chantier, encadrement des collègues BA4).**
- **Etre capable d'appliquer pour soi-même/pour son équipe, les principes.**
- **de prévention liés à la gestion du risque électrique.**

Pour qui ?

Agents des services techniques (électriciens ou autres techniciens) amenés à encadrer leurs collègues BA4 (en gérant la sécurité du chantier par rapport aux risques électriques) ou à travailler de façon isolée et autonome (en assurant leur propre sécurité au travers d'une gestion autonome des risques électriques). Opérateurs responsables d'opérations de réarmement, de maintenance ou de réparation.

Contenu

Connaissance et gestion des risques électriques.

- Notions et aspects législatifs (RGIE, loi B.E.T), obligations légales concrètes, définitions, codes d'habilitation, rôles et missions du BA5 (détails).
- Risque électrique, accidents, gestion et mesures de prévention (détails).
- Notions fondamentales de l'électricité (rappel des notions).
- Principes de prévention et de protection, rôle spécifique du BA5.
- Protection des réseaux.
- Classes de matériel.
- Mesures de prévention au quotidien, travail en sécurité (consignation, séparation, commande…), rôle du BA5 (Analyse de risques (approche) en pratique).
- Types d'appareils, mesures d'absence de tension.
- Opérations hors tension/sous tension (explication des cas).
- EPIs, modalités d'utilisation (choix, utilité, …).
- Principes de consignation/déconsignation, rôle spécifique du BA5 (Responsabilités).
- Protection contre les effets thermiques, surintensités.
- Schémas de mise à la terre (TT-TN-IT) – Présentation des différents schémas.
- Conduite à tenir en cas d'accident (réaction à tenir).
- Conduite à tenir en cas d'incendie, effets des moyens d'extinction.
- Contenu de l'habilitation BA4-BA5, échanges entre BA5 et BA4.
- Responsabilités des opérateurs, en particulier celle du BA5.

Test de connaissances au travers de questionnaires à choix multiples (QCM).

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée :** 7 heures en 1 journée. **Taille des groupes :** maximum 15 personnes. **Attestation** : délivrance d'un certificat de connaissance nominatif reprenant le contenu de la formation donnée et attestant de la réussite du test théorique. **Prérequis** : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/504

Prix à la demande

Formation

Cariste de base

PARTENAIRE

La performance d'un cariste se mesure :
- à la capacité à manœuvrer et maîtriser son engin de manutention avec rapidité, précision et précaution pour les marchandises lors de manœuvres de chargement, déchargement et gerbage ;
- à la faculté de se déplacer en respectant les règles de sécurité et de conduite pour lui-même et ses collègues ;
- à prendre soin de son outil de travail par une utilisation correcte et sécurisée.

A ces compétences, s'ajoutent des contraintes de productivité, de sécurité et de qualité de travail.

Objectifs

- **Acquérir un niveau de professionnalisme pour exécuter, en sécurité, les manœuvres et les activités courantes à l'aide d'un engin de manutention tout en contribuant à l'objectif « zéro casse et zéro accident ».**
- **Aider les participants à la connaissance des engins.**

Pour qui ?

Cariste n'ayant pas d'expérience ou peu d'expérience.

Les collaborateurs qui doivent travailler avec un chariot élévateur à mât rétractable/chariot élévateur frontal sur un terrain d'exploitation, dans des installations, ateliers, magasins où les travaux présentent un certain degré de difficulté.

La formation de conduite des chariots automoteurs de manutention est établie pour assurer la sécurité de toutes les personnes, non nécessairement titulaires du permis de conduire, utilisant les chariots, ainsi que celle des personnes se trouvant dans leurs environnement proche au moment des manœuvres.

Contenu

Théorie
- Législation et les responsabilités civiles et pénales.
- Consignes de sécurité.
- Caractéristiques techniques du chariot élévateur à fourches.
- Stabilité des chariots.
- Tableau de charges.
- Evaluation des charges.
- Point pivot.
- Les prises de poste.
- Fin de poste.
- Règles de circulation.
- Les interdictions.
- Les risques de basculement.
- Techniques de gerbage.
- Dangers liés à la manipulation.
- Evaluation : QCM.

Pratique
- Technique de conduite.
- Technique de gerbage/dégerbage.
- Technique de fin de poste.
- Evaluation pratique.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise, sur base d'une préparation préalable par l'instructeur, soit sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 18 heures réparties en 3 journées de 6 heures.
Taille des groupes : maximum 6 personnes.
Attestation : délivrance d'un brevet de compétence.
Prérequis : attestation d'aptitude médicale délivrée par la médecine du travail (poste de sécurité). Avoir 18 ans accomplis.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/505 — Prix à la demande

Recyclage

Validation de compétence de cariste

PARTENAIRE

La performance d'un cariste se mesure :
- à la capacité à manœuvrer et maîtriser son engin de manutention avec rapidité, précision et précaution pour les marchandises lors de manœuvres de chargement, déchargement et gerbage ;
- à la faculté de se déplacer en respectant les règles de sécurité et de conduite pour lui-même et ses collègues ;
- à prendre soin de son outil de travail par une utilisation correcte et sécurisée.

Objectifs

Ce programme permettra aux participants de mesurer leur niveau de professionnalisme pour exécuter, en sécurité, les manœuvres et activités courantes à l'aide d'un engin de manutention tout en contribuant à l'objectif « zéro casse et zéro accident ».

Contenu

Théorie
- Législation et les responsabilités civiles et pénales.
- Consignes de sécurité et règles de circulation.
- Prise de poste.
- Tableau de charges.
- Dangers liés à la manipulation des batteries, du remplissage du réservoir de carburant.
- Risques de basculemen.
- Interdictions.
- Fin de poste.
- Evaluation des connaissances : QCM.

Pratique
- Technique de conduite.
- Technique de gerbage/dégerbage.
- Technique de fin de poste.
- Evaluation pratique.
- Débriefing.

Pour qui ?

Caristes déjà expérimentés.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise, sur base d'une préparation préalable par l'instructeur, soit sur le site de l'organisme formateur. **Durée :** 1 journée de 6 heures. **Taille des groupes :** maximum 6 personnes. **Attestation/Brevets** : validation de compétence - délivrance d'un brevet de compétence, validité : 5 ans.
Recyclage : délivrance d'une attestation de suivi et bilan de compétence. **Prérequis** : attestation d'aptitude médicale délivrée par la médecine du travail (poste de sécurité). Avoir 18 ans accomplis.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/506

Prix à la demande

Formation

Conduite et travail de base avec un manuscope/manitou

PARTENAIRE

La compétence d'un conducteur de manitou se mesure :
- à la capacité à manœuvrer et maîtriser son engin de manutention avec rapidité, précision et précaution pour les marchandises lors de manœuvres de chargement, déchargement, travail avec bac et gerbage ;
- à la faculté de se déplacer en respectant les règles de sécurité et de conduite pour lui-même et ses collègues ;
- à prendre soin de son outil de travail par une utilisation correcte et sécurisée.

Autant d'éléments qui sont acquis et validés dans leurs aspects théoriques mais surtout pratiques dans un cursus de trois journées.
Cette formation est sanctionnée par un brevet de compétence professionnelle exigé par la majorité des entreprises.

Objectifs

Contribuer à l'objectif « zéro casse & zéro accident » en alternant les éléments théoriques et pratiques.
Ce programme permettra aux participants d'acquérir le niveau de professionnalisme suffisant pour exécuter, en sécurité, les manœuvres et activités de base à l'aide d'un engin de manutention.

Contenu

Théorie
- Législation.
- Consignes de sécurité et règles de circulation.
- Caractéristiques techniques du chariot élévateur (Type manitou-maniscope).
- Prise de fonction et check-list.
- Conduite en général.
- Notions de base.
- Travail avec un manitou-maniscope.
- Principe physique, l'équilibre des charges.
- Evaluation des connaissances : questionnaire à choix multiples.

Pratique
- Réalisation d'une check-list de prise de fonction.
- Conduite à vide.
- Conduite en sécurité.
- Parcours au sol.
- Manipulation statique de charges.
- Différent types de charges.
- Conduite avec charge et travail avec bac.
- Manutention de charge en hauteur.
- Chargement et déchargement.
- Conduite technique.
- Evaluation finale des compétences.
- Réalisation d'un parcours technique.

Pour qui ?

Conducteurs débutants.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise, sur base d'une préparation préalable par l'instructeur, soit sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 3 journées - 24 heures.
Taille des groupes : 6 personnes maximum en fonction du nombre d'engin mis à disposition.
Attestations/Brevets : délivrance d'un brevet de conduite d'un manitou (appareil de levage et déplacement de charges – type chariot élévateur).
Prérequis : attestation d'aptitude médicale délivrée par la médecine du travail (poste de sécurité).

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/507 — Prix à la demande

Formation

Élingueur de base

PARTENAIRE

La compétence d'un élingueur se mesure :
- à la capacité de choisir les élingues et accessoires en fonction de la pièce à déplacer, de l'environnement et du matériel mis à sa disposition ;
- à la faculté de juger de l'état des élingues et accessoires, de mettre en place les accessoires pour réaliser des élingages courants et spécifiques ;
- à la faculté d'accompagner la charge lors de la prise, lors du transport et de la dépose ;
- à la faculté de commander par geste un conducteur d'engin de levage ;
- à prendre soin des outils de travail par une utilisation correcte et sécurisée ;

Autant d'éléments qui sont acquis et validés dans leurs aspects théoriques mais surtout pratiques dans un cursus d'une journée.

Objectifs

Contribuer à l'objectif « zéro casse et zéro accident » en alternant les éléments théoriques et pratiques.
Ce programme permettra aux participants d'acquérir le niveau de professionnalisme suffisant pour exécuter, en sécurité, les manœuvres et activités de base à l'aide du matériel mis à sa disposition et de répercuter formellement une formation théorique et pratique certifiée, en interne.

Contenu

Théorie
- Rôles et responsabilité de l'élingueur.
- Consignes de sécurité et règles d'élingage (angles, tables, facteurs de mode, appréciation des charges, choix et mise en place des élingues, …).
- Manutention.
- Types d'élingues, avantage et inconvénients, accessoires
- Sécurité et gestes de commandement.
- Suivi des élingues.
- Contrôle.

Pratique
- Descriptif des élingues.
- Exercices d'élingage de pièces.
- Transport et dépose de pièces.
- Commandement du grutier.
- Elingages particuliers.
- Contrôle des élingues.

Pour qui ?

Elingueur peu expérimenté (moins de 6 mois) ou candidat élingueur.

Infos pratiques

Lieu : sur site du client, sur base d'une préparation préalable par l'instructeur, soit sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 6 heures réparties en 1 journée.
Taille du groupe : maximum 10 personnes.
Attestations/Brevets : délivrance d'un brevet d'élingueur.
Prérequis : attestation d'aptitude médicale délivrée par la médecine du travail (poste de sécurité).

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/508

Prix à la demande

Formation

Pontier

PARTENAIRE

La compétence d'un conducteur de pont radiocommandé se mesure :
- à la capacité à piloter et maîtriser le pont avec rapidité, précision et précaution pour des charges lors de manœuvres d'accrochage, transport et décrochage ;
- à la faculté suivre les instructions en respectant les règles de sécurité liées à l'utilisation des ponts pour lui-même et ses collègues ;
- à prendre soin de son outil de travail par une utilisation correcte et sécurisée.

Autant d'éléments qui sont acquis et validés dans leurs aspects théoriques mais surtout pratiques dans un cursus de trois journées.
Cette formation est sanctionnée par un brevet de compétence professionnelle exigé par la majorité des entreprises.

Objectifs

Ce programme permettra aux participants d'acquérir un niveau de professionnalisme suffisant pour exécuter, en sécurité, les manœuvres et activités courantes à partir d'un pont radiocommandé, pont ou pont cabine* tout en contribuant à l'objectif « zéro casse et zéro accident ».
L'entretien courant de l'outil de façon à garantir un fonctionnement optimal, sécurisé et la longévité de l'outil.

Contenu

Théorie
- Législation.
- Consignes de sécurité et langage d'instructions normalisé.
- Caractéristiques techniques et organes du pont radiocommandé et du pont cabine*.
- Prise de fonction et check-list.
- Manœuvres et déplacements de charges, l'arrêt du ballant, l'élingage.
- Gestion d'un départ d'incendie.
- Usage sécurisé de la radiocommande.
- Principe physique, l'équilibre des charges.
- Eléments d'entretien courant du pont.
- Evaluation des connaissances.

Pratique
- Réalisation du check-list de prise de fonction
- Le pont , la radiocommande.
- Le pont cabine*.
- Conduite à vide sans balancement
- Manipulation statique de charges.
- Conduite avec charge.
- Déplacements simples et combinés dans l'espace avec ou sans visibilité.
- Dépose de précision.
- Evaluation finale de la compétence.
- Réalisation d'un parcours complet et complexe.

Pour qui ?

Candidat pontier ou pontier peu expérimenté (moins de 6 mois d'expérience).

Infos pratiques

Lieu : sur site du client, sur base d'une préparation préalable par l'instructeur ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 18 heures réparties en 3 journées de 6 heures.
Taille des groupes : maximum 6 personnes.
Attestation : délivrance d'un brevet de Conducteur de pont radiocommandé ou pont cabine. **Prérequis** : attestation d'aptitude médicale du médecin du travail (poste de sécurité). Tests psychotechniques réussis de vision dans l'espce, mémoire et habileté.
*pontier cabine est uniquement disponible sur le site du client.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/510 — Prix à la demande

Formation

Travail en hauteur

PARTENAIRE

La course permanente de chaque entreprise à la rentabilité et au respect des délais impose une cadence soutenue. Les risques liés au travail en hauteur sont importants et la loi de plus en plus contraignante.
Chaque accident se paye « cash » : la gravité des lésions est directement liée aux activités de base du travail.
Les conséquences de manquements ou de méconnaissances peuvent être extrêmement graves et la responsabilité personnelle de l'employeur ou de ses représentants peut être lourdement engagée.
La performance de ces personnes s'appuie donc en permanence sur l'aisance et l'assurance lors de leurs déplacements, l'utilisation correcte de leurs équipements de protection individuelle et sur l'adoption de comportements responsable envers eux-mêmes et leurs collègues.
Autant d'aptitudes de base sécurisantes que nos experts vous proposent d'acquérir, de renforcer et d'évaluer au cours d'une première formation fondée sur la connaissance du matériel et la pratique d'exercices adaptés.

Objectifs

Gagner en performance et en sécurité dans l'exécution courante de leur travail par la maîtrise des techniques de déplacement en hauteur et l'utilisation efficace de leurs équipements de protection individuelle.

Contenu

Théorie
- Réglementation sur le travail temporaire en hauteur.
- Droits et devoirs employeurs/employés.
- Hiérarchie de la prévention.
- La protection collective.
- La protection individuelle : règles et obligations.
- Les EPI destinés aux travaux en hauteur.
- Règles d'utilisation.
- Dangers.
- Palans et mouflages.
- Sauvetage individuel.

Pratique
- Mise en œuvre des EPI adaptés au travail en hauteur.
- Réalisation d'amarrages au sol.
- Démonstration de mise en place d'une ligne de vie provisoire.
- Mise en place d'une ligne de vie provisoire.
- Mise en place et évolution sur ligne de vie horizontale.
- Mise en place d'une ligne de vie verticale et évolution sur ligne de vie verticale.
- Evolution sur une échelle à crinoline équipée d'un rail lock.
- Mise en place d'un stop chute.
- Palans et mouflages.
- Sauvetage individuel.
- Evaluation.

Pour qui ?

Toutes les personnes travaillant de façon ponctuelle ou régulière en hauteur et désireuses d'acquérir les réflexes de base à l'exercice de leur activité en toute sécurité.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 8 heures réparties sur 1 journée.
Taille des groupes : maximum 8 personnes.
Attestation / brevet : attestation de suivi d'une sensibilisation au travail et à l'évolution en hauteur : « Port du harnais – Ligne de vie – Echelle – Echafaudage - Nacelle », délivrée sur base de la réussite de l'évaluation théorique et pratique.
Prérequis : pour cette formation de base, seul le certificat d'aptitude médicale est préalablement exigé.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/511

Prix à la demande

Formation

Travaux avec échafaudages fixes et mobiles

PARTENAIRE

Comprendre un plan et la notice de montage des échafaudages, repérer au premier coup d'œil les références de résistance et de stabilité de la structure des différents échafaudages, analyser ensuite la bonne mise en place des éléments empêchant la chute des travailleurs (Equipements de Protection Collective), savoir corriger /améliorer au besoin et s'assurer que ces travaux de montage en soi ne deviennent des risques associés : ces différents points sont les buts que s'assignent.
cette formation destinée aux personnes qui montent un échafaudage fixe ou mobile.

Objectifs

- **Analyser de manière participative les principes de base assurant stabilité – résistance – rigidité – dispositifs de Protection Collective, propres aux matériels destinés aux travaux en hauteur.**
- **Analyser alors les points spécifiques et profiter des retours d'expérience et accidents connus pour mieux comprendre les effets et conséquences d'une mauvaise utilisation et d'une mauvaise gestion des risques lors du travail sur échafaudages.**
- **L'analyse des plans/notices de montage et principes généraux de montage du point de vue du matériel et de la manière de faire (risques de chute à éviter durant le montage) sont analysés.**

Contenu

Théorie
- Terminologie des parties.
- Critères de stabilité – résistance-rigidité.
- Ancrage, amarrage.
- Encombrement/ Accès / Evacuation.
- Notions d'analyse des risques et mesures de prévention associées au travail temporaire en hauteur.
- Prévention : protections Collectives et Individuelles des travailleurs (harnais et ligne de vie).
- Notion de charge admissible.
- Plan, notice de montage.

Pratique
- Analyse des plans et notices de montage.
- Limites d'utilisation (effets climatiques).
- Différents modes de fixation (ancrage et amarrage).
- Résistance des éléments.
- Mise en situation en petites équipes.
- Utilisation des points d'ancrage et ligne de vie si présents.
- Montage des éléments d'échafaudage sur base des notices.
- Partie vérification.

Pour qui ?

Personnel des entreprises privées ou publiques, désigné pour le montage, le démontage, la modification éventuelle et le contrôle des échafaudages propres ou extérieurs (loués ou appartenant aux entreprises tierces).

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 8 heures réparties sur 1 journée de travail. **Taille des groupes** : maximum 12 participants
Attestation / brevet : délivrance d'un brevet de «monteur/démonteur d'échafaudages et vérificateur».
Prérequis : aucun prérequis n'est indispensable pour la formation de base. L'employeur devra s'assurer de l'aptitude médicale du participant pour l'exécution de tâches liées à des travaux temporaires en hauteur.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/512 — Prix à la demande

Formation

La conduite prioritaire

PARTENAIRE

La conduite prioritaire – la conduite d'un véhicule muni de feux bleus clignotants et d'une sirène – n'est pas aussi simple qu'il n'y paraît.
Comment gérer son stress en tant que conducteur d'un véhicule prioritaire ? Comment réagissent les autres usagers de la route face au véhicule prioritaire ? Pourquoi commettent-ils des erreurs de conduite ? Comment faire pour les influencer afin qu'ils se comportent comme on le souhaite au lieu d'avoir un comportement à l'inverse de ce que l'on voudrait ? Et comment réagir si les choses tournent mal et que l'on doit faire face à une situation d'urgence sur le trajet effectué en conduite prioritaire ?
La formation modulaire «La conduite prioritaire» vous apportera une réponse à toutes ces différentes questions.

Objectifs

À l'aide d'exercices pratiques et d'explications théoriques, les secouristes apprennent quelques techniques de base pour assurer des déplacements prioritaires sûrs et prudents dans le trafic.

Contenu

Vous pouvez choisir la composition de la formation que vous souhaitez.

La formation de base se compose des modules suivants. Chaque module dure une journée complète.
- Théorie.
- Aptitude supérieure à la conduite sur terrain de formation privé (circuit et piste glissante).
- La conduite prioritaire sur la voie publique.

Le module «théorie» vous apprendra notamment :
- vos droits et obligations en tant que conducteur d'un véhicule prioritaire ;
- comment manipuler le trafic en tant que conducteur d'un véhicule prioritaire ;
- comment gérer son stress et le stress des autres usagers de la route ;
- pourquoi on rencontre aussi souvent des problèmes durant les trajets prioritaires ;
- comment y remédier ;
- comment travailler correctement avec l'équipement prioritaire ;
- comment analyser un accident ;
- la politique en matière de poursuites.

Le module «aptitude à la conduite sur terrain de formation privé» vous apprendra notamment :
- la position assise et la position de conduite adéquates ;
- la technique d'observation ;
- la gestion des transferts de masse ;
- comment réagir face au sous-virage et au survirage ;
- l'arrêt d'urgence ;
- la technique en virages ;
- l'arrêt d'urgence sur chaussée glissante ;
- l'évitement sur chaussée glissante ;
- l'aquaplaning ;
- les gestes pour éviter l'accident ;
- la conduite sur parcours stressant.

Le module «conduite prioritaire sur la voie publique» vous apprendra notamment :

- à prendre les virages selon une trajectoire sûre, conformément à la procédure ;
- à dépasser des véhicules (ayant en moyenne des vitesses élevées) de manière sûre (technique de dépassement) ;
- à conduire en comprenant ce qui se passe dans le trafic, à décrypter le langage de la route ;
- à utiliser sa capacité d'anticipation ;
- à appliquer les techniques de conduite prioritaire dans la pratique ;
- à influencer le trafic autour de soi de sorte à pouvoir franchir les points difficiles facilement et de manière sûre.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse à tout conducteur d'un véhicule prioritaire.

Méthode utilisée

Une méthode interactive (exercices pratiques, simulations, jeux de rôle) permet de former vos collaborateurs à devenir des conducteurs de véhicules prioritaires responsables.

Infos pratiques

Durée : chaque module dure une journée.

Moyennant demande auprès de votre centre local, cette formation peut compter comme 8 heures de recyclage pour le secteur médical.

Nombre maximum de participants :

- pour la théorie : 15 ;
- pour la pratique sur terrain privé : 10 ;
- pour le module conduite prioritaire sur la voie publique : 2 participants par instructeur.

Lieu : la séance de théorie peut se dérouler tant chez le client que dans notre centre de formation.
Le module «aptitude supérieure à la conduite» a lieu dans notre centre d'aptitude à la conduite.
Le module «conduite prioritaire sur la voie publique» peut avoir lieu dans le périmètre du client ou sur notre site de Temse.

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

REF. pri_20/F/532

Prix à la demande

cohe

6. Prévention incendie

Service

Analyse des risques relative au risque d'incendie

Depuis 2014, tout bâtiment doit faire l'objet d'une analyse de risques incendie (article III.3-3 du code du bien-être au travail) :

- **évaluation sur place de la situation initiale sur base des normes légales et des prescriptions complémentaires** concernant la sécurité incendie ; évaluation de l'éclairage de sécurité existant, des sorties de secours et voies normales d'accès ; évaluation des alarmes existantes et des évacuations des fumées ;
- **conseils relatifs aux instructions, pictogrammes et plans** qui doivent être mis en place ; mise en place d'une procédure d'intervention et d'alarme ; mise en place d'un plan d'évacuation, …

Objectifs

- **Maîtrise par l'entreprise de ses risques incendie.**
- **Se mettre en conformité avec le chapitre 2 relatif à la prévention incendie du livre III, titre 3 du code du bien-être au travail.**

Contenu

Lors de l'analyse des risques, nous tenons compte, entre autres, des facteurs de risques suivants :

- la probabilité de la présence simultanée d'un combustible, d'un comburant et d'une source d'ignition nécessaires au déclenchement d'un incendie ;
- les équipements de travail, les substances utilisées, les procédés et leurs interactions éventuelles ;
- la nature des activités ;
- la taille de l'entreprise ou de l'établissement ;
- le nombre maximal de travailleurs et autres personnes pouvant être présents dans l'entreprise ou l'établissement ;
- les risques spécifiques propres à certains groupes de personnes présentes dans l'entreprise ou l'établissement ;
- l'emplacement et la destination des locaux ;
- la présence de plusieurs entreprises ou institutions dans un même lieu de travail ou dans un lieu de travail adjacent ;
- les travaux effectués par des entreprises extérieures.

Cohezio peut également vous aider à réaliser les obligations incendies, telles que :

- la réalisation d'un exercice incendie ;
- la réalisation/mise à jour de plans d'évacuation ;
- le contrôle de la signalisation et de l'éclairage de secours.

Pour qui ?

Pour tous les employeurs, y compris les entreprises locataires de leurs lieux de travail.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Une check-list sera transmise préalablement à l'intervention pour préparer les documents nécessaires.
L'accès à l'ensemble des locaux est nécessaire.

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

REF. inc_20/S/061 — Prix à la demande

Service

Checklist de conformité incendie

La check-list de conformité incendie permet de vérifier qu'un bâtiment réponde aux principales exigences légales en matière d'incendie.

Objectifs

L'objectif principal est de faire un état des lieux de la gestion administrative et pratique de la prévention incendie au sein de l'entreprise et ceci par rapport aux exigences de la législation (titre 3 du livre III du code du bien-être au travail).

Contenu

L'intervention permet au moyen d'un check-list de faire le point sur la présence des obligations légales en matières d'incendie. Notamment :

- l'analyse de risques ;
- les mesures de prévention ;
- mesures de prévention spécifiques (services de lutte contre l'incendie) ;
- l'évacuation ;
- le plan d'urgence interne ;
- dossier relatif à la prévention incendie ;
- la formation et l'information des travailleurs ;
- l'information donnée aux tiers.

Pour qui ?

Pour tous les employeurs, y compris les employeurs locataires de leurs lieux de travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Une check-list sera transmise préalablement à l'intervention pour préparer les documents nécessaires. L'accès à l'ensemble des locaux est nécessaire.

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

REF. inc_20/S/062

Prix à la demande

Service

Réalisation de plans d'évacuation

Réalisation des plans d'évacuation de votre bâtiment à afficher (article III.3-13 du code du bien-être au travail).

Objectifs

- **Permettre au personnel et aux visiteurs de connaitre l'emplacement des sorties de secours et des équipements de lutte contre l'incendie.**
- **Aider les services de secours en intervention en leur indiquant l'emplacement des locaux dangereux ainsi que des ressources en matière de lutte contre l'incendie disponibles.**

Contenu

Réalisation des plans sur base des plans existants ou réalisation complète.
Selon l'article III.3-13 du code, le plan d'évacuation comprend les mentions obligatoires, notamment :

- la division et la destination des locaux, la localisation des limites des compartiments ;
- l'emplacement des locaux présentant un danger accru d'incendie (électriques, stockage de combustibles) ;
- l'emplacement des sorties, des sorties de secours, des lieux de rassemblement après évacuation et le tracé des voies d'évacuation.

D'autres informations utiles sont ajoutées par les conseillers en prévention de **Cohezio** :

- indication «Vous êtes ici», le plan est orienté en fonction de l'endroit d'affichage afin qu'il soit aisé de s'en faire une représentation spatiale et que le plan papier soit facile à lire et interpréter ;
- extincteurs, type, quantité et taille, boutons poussoirs alarme / évacuation ;
- emplacement bouton déclenchement des extinctions automatiques ;
- localisation des sirènes ;
- localisation des vannes d'arrêt ou de coupure des énergies (gaz, …).

Pour qui ?

Tous les employeurs, y compris les entreprises locataires de leurs lieux de travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

L'accès à l'ensemble des locaux est nécessaire.
La mise à disposition de plans en version informatique (idéalement ou papier) permet un temps de réalisation plus court.

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

REF. inc_20/S/063 — Prix à la demande

Service

Encadrement d'un exercice d'évacuation

Accompagnement dans la préparation la réalisation d'un exercice d'évacuation annuel. La législation prévoit un exercice d'évacuation annuel.

Objectifs

- **Permettre au personnel d'apprendre à réagir pour évacuer un bâtiment et rejoindre un lieu sûr.**
- **Vérifier que les équipements techniques permettent l'évacuation rapide et en toute sécurité du bâtiment.**

Contenu

Réalisation d'un exercice d'évacuation.

- Réunion de préparation.
- Aide à la détermination du scénario engendrant l'évacuation.
- Aide au positionnement des observateurs.
- Remplissage d'une grille de compte rendu.
- Réalisation du débriefing.
- Proposition de mesures préventives et/ou correctives à mettre en place.

La difficulté de l'exercice sera adaptée au niveau de la prévention incendie que vous avez déjà mis en place.

Pour qui ?

Tous les employeurs, y compris les entreprises locataires de leurs lieux de travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Il sera utile lors de la préparation de l'exercice de fournir les informations existantes afin que l'exercice proposé soit le plus adapté possible :
- les compte rendus des exercices réalisés auparavant ;
- les différentes procédures liées à l'évacuation existantes.

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

REF. inc_20/S/064 — Prix à la demande

Service

Réalisation d'un dossier incendie

Création du dossier relatif à la prévention incendie.

Objectifs

Réalisation du dossier relatif à la prévention incendie afin de répondre à l'obligation légale (article III.3-24 du code du bien-être au travail).

Ce dossier reprend l'intégralité de la documentation nécessaire à une bonne gestion de la prévention incendie et permet de les rassembler en un seul et même endroit afin de les rendre plus facile à consulter.

Contenu

Ce dossier contient :

- le document présentant les résultats de l'analyse des risques et les mesures de prévention ;
- le document décrivant l'organisation du service de lutte contre l'incendie ;
- les procédures établies pour le Plan d'Urgence Interne ;
- les plans d'évacuation ;
- le dossier d'intervention à destination du service de secours ;
- les comptes-rendus des exercices d'évacuation ;
- une liste des équipements de protection contre l'incendie disponibles sur le lieu de travail et leur localisation sur un plan ;
- Le registre de sécurité contenant les résultats des contrôles périodiques ;
- la liste des dérogations individuelles éventuelles accordées à l'employeur sur base de l'article 52 du RGPT ;
- les avis rendus par les différents intervenant en prévention santé sécurité et en prévention incendie ;
- les informations qui ont éventuellement été transmises à la demande du service de secours public notamment.

Selon vos besoins, nous pouvons simplement vous aider à rassembler les documents ou les créer entièrement.

Pour qui ?

Tous les employeurs, y compris les entreprises locataires de leurs lieux de travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

La réalisation de ce dossier relatif à la prévention nécessite l'accès à vos locaux ainsi qu'à la documentation disponible.

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

REF. inc_20/S/065 — Prix à la demande

Formation

Sensibilisation aux moyens de lutte contre l'incendie

PARTENAIRE

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers de première intervention. Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de consignes de sécurité dans des situations pénibles de stress ambiant, de chaleur, de fumée et de bruit souvent impressionnants.

Objectifs

Donner les bases théoriques, mais surtout, un ensemble de simulations pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience de la mise en œuvre des différents moyens d'extinction.

Contenu

Théorie

- Cadre législatif.
- Principaux dangers lors d'un début d'incendie.
- Instructions internes en cas d'incendie.
- Propagation d'un incendie.
- Moyens de lutte portatifs.
- Notions de sauvetage, d'évacuation, de compartimentage et de confinement.

Pratique

- Démonstration des différents moyens d'extinction.
- Feu de boitier électrique.
- Extinction individuelle d'un départ de feu sur un module informatique : feu d'origine électrique et extinction avec extincteur CO_2.
- Feu de friteuse.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises, des industries, des PME, des administrations, des hôpitaux et maisons de repos, des établissements scolaires, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 4 heures en 1/2 journée/
Taille des groupes : maximum 12 participants.
Attestation : délivrance d'une attestation de participation.
Prérequis : aucun.

Renseignements et inscriptions : **academy@cohezio.be**
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/613

Prix à la demande

Formation

Évacuation de base

PARTENAIRE

Que ce soit à la suite d'un incendie ou à tout autre incident, gérer efficacement les premiers instants d'une évacuation, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'évacuation. Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie (protection des personnes à évacuer), le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de consignes de sécurité dans des situations parfois pénibles de stress ambiant et de bruit souvent impressionnants.

Objectifs

Donner les bases théoriques relatives aux procédures d'évacuation, mais surtout des ateliers pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience quant aux rôles et aux missions de l'évacuateur, tout en appliquant strictement les règles de sécurité pendant une évacuation.

Contenu

Théorie

- Législation.
- Procédures internes d'évacuation (communiquées par le client).
- Définition de l'annonce, de l'alerte et de l'alarme.
- Ligne hiérarchique.
- Rôles des équipiers d'évacuation.
- Moyens de prévention.
- Situations particulières.
- Manœuvres de sauvetage.

Pratique

- Visite et repérage d'un bâtiment de type administratif sur 3 niveaux.
- Exercices pratiques d'évacuation d'un bâtiment de type administratif sur base d'un déclenchement de l'alarme.
- Exercices pratiques d'évacuation simple d'un espace bureau aménagé.
- Exercices pratiques d'évacuation complexe d'un espace bureau aménagé sur base d'une mise en situation (plusieurs scénarios).

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises, des industries, des PME, des administrations, des hôpitaux et maisons de repos, des établissements scolaires, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 4 heures en 1 demi journée.
Taille des groupes : minimum 8 participants maximum 12 participants.
Attestation : délivrance d'une attestation de formation d'évacuateur.
Prérequis : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/604 — **Prix à la demande**

Formation

Équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction légers

PARTENAIRE

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'intervention. Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de consignes de sécurité dans des situations pénibles de stress ambiant, de chaleur, de fumées et de bruits souvent impressionnants.

Objectifs

Donner les bases théoriques, mais surtout, un ensemble d'ateliers pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience quant à la mise en œuvre et à l'utilisation des moyens d'extinction légers toute en respectant les règles de sécurité pendant une intervention.

La formation reprend plusieurs types de sinistres et situations qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des secours.

En plus de la gestion d'un incendie, les participants sont formés aux principes de base d'une évacuation.

Contenu

Théorie

- Rôle des équipiers de première intervention.
- Triangle du feu.
- Mécanismes de propagation d'un incendie.
- Causes d'incendie.
- Différentes classes de feu.
- Caractéristiques du matériel portatif d'extinction.
- Règles d'utilisation de l'extincteur poudre, aquamousse & CO_2.
- Règles d'utilisation du RIA / dévidoir mural.
- Levée de doute.
- Procédure d'ouverture de porte (testing de porte).
- Moyens de prévention incendie.
- Evacuation.

Pratique

- Mise en œuvre et utilisation des moyens d'extinction légers sur un feu de classe B.
- Feu d'écran d'ordinateur dans un bureau.
- Feu de liquide inflammable au sol dans un local de maintenance.
- Feu de conteneur à déchets à proximité d'un stockage de conteneur IBC.
- Feu de plusieurs cartons dans un local de stockage.
- Feu de friteuse.
- Démonstration de l'utilisation d'eau sur un feu de friteuse
- Visite repérage de la zone d'exercice d'évacuation.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises, des industries, des PME, des administrations, des hôpitaux et maisons de repos, des établissements scolaires, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 7 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 12 personnes.
Attestation : délivrance d'une attestation de formation de base équipier d'intervention SLCI (Service de Lutte Contre l'Incendie) utilisant les moyens d'extinction légers
Prérequis : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/605

Prix à la demande

Recyclage

Équipier d'intervention – Moyens d'extinction légers

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'intervention du service interne de lutte contre l'incendie.
Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de procédures d'intervention et de consignes de sécurité dans des situations de stress ambiant.

Objectifs

Rappeler les bases théoriques, mais surtout, réaliser un ensemble d'exercices pratiques permettant aux participants d'acquérir une expérience quant à la mise en œuvre des moyens d'extinction légers tout en appliquant les règles de sécurité pendant une intervention.

La formation reprend plusieurs types de sinistre et situation qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des secours. En plus de la gestion d'un incendie, les participants sont formés à la gestion d'une évacuation.

Contenu

Théorie
- La lutte contre l'incendie.
- L'évacuation.

Pratique
- Démonstration de la mise en œuvre et de l'utilisation des moyens d'extinction légers.
- Feu d'équipement électrique provoqué par un court-circuit dans une zone technique comprenant 3 locaux attenants dont un accessible par un escalier intérieur.
- Bouteille de gaz en feu.
- Démonstration de l'explosion d'une bouteille de gaz.
- Fuite de gaz enflammé dans un local de maintenance provenant d'une bouteille de gaz se propageant à une étagère contenant des produits liquides inflammables stockés dans des cartons et provoquant un écoulement de liquide en feu au sol.
- Feu important d'un produit liquide dans un bac de rétention à proximité d'une installation extérieure et menaçant directement un réservoir d'huile avec présence d'une victime inconsciente.
- Exercices d'évacuation dans un espace bureau aménagé (plusieurs scénarios).
- Feu de four à micro-ondes dans une cuisine située dans un espace bureau provoquant un déclenchement de l'alarme et une évacuation générale avec présence d'un feu d'armoire électrique sur le chemin d'évacuation provoqué par un technicien isolé dans un local contigu.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises, des industries, des PME, des administrations, des hôpitaux et maisons de repos, des établissements scolaires, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 6 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 12 personnes.
Attestation : délivrance d'une attestation de recyclage équipier d'intervention du SLCI (Service de Lutte Contre l'Incendie).
Prérequis : avoir suivi la formation de base équipier d'intervention moyens légers.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/610 — Prix à la demande

Formation

Équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction lourds

PARTENAIRE

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'intervention. Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de consignes de sécurité dans des situations pénibles de stress ambiant, de chaleur, de fumées et de bruits souvent impressionnants.

Objectifs

Donner les bases théoriques, mais surtout, un ensemble d'ateliers pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience quant à la mise en œuvre des moyens d'extinction légers et lourds tout en appliquant les règles de sécurité pendant une intervention.

La formation reprend plusieurs types de sinistres et situations qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des services de secours.

Contenu

Théorie

- Rôle des équipiers d'intervention.
- Triangle du feu.
- Mécanismes de propagation d'un incendie.
- Causes d'incendie.
- Différentes classes de feu.
- Caractéristiques du matériel portatif d'extinction.
- Règles d'utilisation de l'extincteur poudre, aquamousse et CO_2.
- Règles d'utilisation du RIA / dévidoir mural.
- Levée de doute.
- Procédure d'ouverture de porte (testing de porte).
- Moyens de prévention incendie.
- Moyens lourds d'extinction.

Pratique

- Démonstration de la courbe du feu.
- Mise en œuvre et utilisation des moyens d'extinction légers sur un feu de classe B.
- Mise en place et d'utilisation du matériel lourd d'extinction.
- Feu de plusieurs cartons dans un local de stockage.
- Feu de liquide au sol provoqué par un épanchement de liquide inflammable provenant d'un fût dans un local de maintenance avec présence d'une victime consciente.
- Fuite de gaz enflammé sur une bride déclenchée lors d'un travail de maintenance provoquant un feu d'huile résiduelle dans un bassin de rétention et menaçant une citerne contenant un produit dangereux.
- Feu d'armoire électrique dans un local technique accessible par une passerelle extérieure provoquant un feu de cartons dans un local contigu.
- Feu de liquide à haut dégagement calorifique dans un bassin de rétention menaçant une installation.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises à moyens et hauts risques industriels compte tenu de leurs activités, ayant à disposition des moyens d'extinction légers et lourds.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 7 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 12 personnes.
Attestation : délivrance d'une attestation de formation de base équipier d'intervention SLCI (Service de Lutte Contre l'Incendie) utilisant les moyens d'extinction lourds. **Prérequis** : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/606

Prix à la demande

Recyclage

Chef équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction lourds

PARTENAIRE

Les risques et incidents susceptibles d'être rencontrés au sein de votre entreprise vous a amené à former des Chefs d'équipe d'intervention. En cas d'incendie, une ou plusieurs personnes vont devoir coordonner les différentes équipes d'intervention pour garantir une action efficace et concertée. Une difficulté supplémentaire concerne la mise en place et l'utilisation des moyens lourds d'extinction (lances 70, 45, matériel mousse, …) Ce rôle spécifique requiert donc la connaissance des bases techniques des équipiers, mais également des compétences d'évaluation et de commandement en situation d'urgence.

Objectifs

Rappeler les bases théoriques et pratiques permettant aux participants d'acquérir une expérience dans le cadre de la fonction du chef d'équipe quant à l'encadrement des équipiers d'intervention dans la mise en œuvre des moyens d'extinction légers et lourds mais surtout quant à l'application des procédures d'intervention et règles de sécurité.

La formation reprend plusieurs types de situations qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des secours.

Contenu

Théorie

- La lutte contre l'incendie.
- Les moyens lourds d'extinction.
- Leadership et commandement.

Pratique

- Mise en place et d'utilisation du matériel lourd d'extinction.
- Feu de liquide inflammable au sol provoquant un feu d'armoire électrique dans un local technique accessible par une passerelle avec présence d'une personne consciente dans un local contigu.
- Bouteille de gaz en feu.
- Démonstration de l'explosion d'une bouteille de gaz.
- Fuite de gaz enflammée dans un local de maintenance provenant d'une bouteille de gaz se propageant à une étagère contenant des produits liquides inflammables stockés dans des cartons et provoquant un écoulement de liquide en feu au sol .
- Fuite de gaz enflammé sur une bride déclenchée lors d'un travail de maintenance provoquant un feu d'huile résiduelle dans un bassin de rétention et menaçant une citerne contenant un produit dangereux.
- Feu de poubelles se propageant à une étagère contenant des cartons dans un grand local de stockage avec présence d'une victime inconsciente.
- Feu d'un liquide inflammable à haut dégagement calorifique dans un bassin de rétention menaçant une installation.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises à moyens et hauts risques industriels compte tenu de leurs activités, ayant à disposition des moyens d'extinction lourds …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 6 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 12 participants.
Attestation : délivrance d'une attestation de recyclage de chef équipier d'intervention SLCI utilisant les moyens d'extinction lourds.
Prérequis : avoir suivi une formation de base chef équipier d'intervention moyens d'extinction légers et lourds.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/609

Prix à la demande

Formation

Chef équipier porteur ARI - Moyens d'extinction légers

PARTENAIRE

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'intervention. Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de consignes de sécurité dans des situations pénibles de stress ambiant, de chaleur, de fumées et de bruits souvent impressionnants.

Objectifs

Donner les bases théoriques, mais surtout, un ensemble d'ateliers pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience quant à la mise en œuvre des moyens d'extinction légers tout en appliquant les règles de sécurité pendant une intervention.

La formation reprend plusieurs types de sinistres et situations qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des services de secours.

Contenu

Théorie

- Le rôle des équipiers d'intervention.
- Le triangle du feu.
- Les mécanismes de propagation d'un incendie.
- Les causes d'incendie.
- Les différentes classes de feu.
- Les caractéristiques du matériel portatif d'extinction.
- Les règles d'utilisation de l'extincteur poudre, aquamousse & CO_2.
- Les règles d'utilisation du RIA / dévidoir mural.
- La levée de doute.
- La procédure d'ouverture de porte (testing de porte).
- Les moyens de prévention incendie.
- Les moyens lourds d'extinction.

Pratique

- Démonstration de la courbe du feu.
- Mise en œuvre et utilisation des moyens d'extinction légers sur un feu de classe B.
- Feu de plusieurs cartons dans un local de stockage.
- Feu de liquide au sol provoqué par un épanchement de liquide inflammable provenant d'un fût dans un local de maintenance avec présence d'une victime consciente.
- Fuite de gaz enflammé sur une bride déclenchée lors d'un travail de maintenance provoquant un feu d'huile résiduelle dans un bassin de rétention et menaçant une citerne contenant un produit dangereux.
- Feu d'armoire électrique dans un local technique accessible par une passerelle extérieure provoquant un feu de cartons dans un local contigu.
- Feu de liquide à haut dégagement calorifique dans un bassin de rétention menaçant une installation.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises à moyens et hauts risques industriels compte tenu de leurs activités, ayant à disposition des moyens d'extinction légers et lourds.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 7 heures en 1 journée. **Taille des groupes** : maximum 12 personnes.
Attestation : délivrance d'une attestation de formation de base équipier d'intervention SLCI (Service de lutte de contre l'incendie) utilisant les moyens d'extinction lourds. **Prérequis** : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/603 — Prix à la demande

Recyclage

Équipier d'intervention porteur ARI - Moyens d'extinction légers

PARTENAIRE

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'intervention du service interne de lutte contre l'incendie.
Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de procédures d'intervention et de consignes de sécurité dans des situations de stress ambiant.

Objectifs

Rappeler les bases théoriques, mais surtout, réaliser un ensemble d'exercices pratiques permettant aux participants d'acquérir une expérience quant à la mise en œuvre et à l'utilisation des moyens d'extinction légers et l'appareil respiratoire isolant dans le cadre de la gestion d'un sinistre.

La formation reprend plusieurs types de situation qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des secours. En plus de la maîtrise de l'ARI et de la gestion d'un incendie, les participants sont formés à l'évacuation.

Contenu

Théorie
- La lutte contre l'incendie.
- L'appareil de protection respiratoire isolant.
- L'évacuation.

Pratique
- Visite repérage d'un bâtiment de type administratif sur 3 niveaux.
- Exercices pratiques d'évacuation d'un bâtiment de type administratif sur base d'un déclenchement de l'alarme.
- Exercices pratiques ARI de base.
- Démonstration de la courbe du feu.
- Extinction d'un feu de cartons sur un épanchement de liquide en feu.
- Feu de liquide inflammable au sol provoquant un feu d'armoire électrique dans un local technique accessible par une passerelle avec présence d'une personne consciente dans un local contigu.
- Feu de poubelle se propageant à des cartons dans un local de stockage accessible par un local contigu avec présence d'une victime inconsciente.
- Bouteille de gaz en feu.
- Démonstration de l'explosion d'une bouteille de gaz.
- Fuite de gaz enflammé dans un local de maintenance provenant d'une bouteille de gaz se propageant à une étagère contenant des produits liquides inflammables stockés dans des cartons et provoquant un écoulement de liquide en feu au sol.
- Feu de four à micro-ondes dans une cuisine située dans un espace bureau provoquant un déclenchement de l'alarme et une évacuation générale avec présence d'un feu d'armoire électrique sur le chemin d'évacuation provoqué par un technicien isolé dans un local contigu.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises, des industries, des PME, des administrations, des hôpitaux et maisons de repos, des établissements scolaires, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur.
Durée : 7 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 12 participants.
Attestation : délivrance d'une attestation de recyclage équipier SLCI (Service de Lutte Contre l'Incendie) porteur ARI.
Prérequis : avoir suivi la formation de base équipier SLCI porteur ARI.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/611 — **Prix à la demande**

Formation

Chef équipier porteur ARI - Moyens d'extinction lourds

PARTENAIRE

En cas d'incendie, une ou plusieurs personnes vont devoir coordonner les différentes équipes d'intervention pour garantir une appréciation globale de la situation et une action efficace.
Ce rôle spécifique va s'articuler entre la mise en œuvre de l'ARI et la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Ce rôle requiert donc la connaissance des bases techniques des équipiers, mais également des compétences d'évaluation et de commandement en situation d'urgence, ainsi que des capacités de communication efficace avec les secours extérieurs.

Objectifs

Donner les bases théoriques et pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience dans le cadre de la fonction de chef d'équipe quant à l'encadrement des équipiers d'intervention, la mise en œuvre et l'utilisation des moyens d'extinction lourds.

La formation reprend plusieurs types de sinistres et de situations qu'ils devront être capables de prendre en charge en attendant l'arrivée des services de secours.

En plus de la lutte contre l'incendie et du commandement, les participants sont formés au port de l'appareil respiratoire isolant.

Contenu

Théorie
- La lutte contre l'incendie.
- Leadership et commandement.
- Les appareils de protection respiratoire.

Pratique
- Exercices pratiques ARI de base.
- Démonstration de la courbe du feu.
- Feu de conteneur à déchets à proximité d'un stockage de conteneur IBC.
- Feu de plusieurs cartons dans un local de stockage avec présence d'une victime inconsciente.
- Feu de liquide inflammable dans un local de maintenance se propageant à un coffret électrique + présence d'une victime consciente.
- Feu d'appareil électrique provoqué par un court-circuit avec présence d'une victime électrisée dans un local technique comprenant un étage accessible par un escalier.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Contremaître des entreprises, des industries, Chefs de services techniques, d'établissements scolaires et hospitaliers, Responsables d'étage de bâtiments moyens et hauts, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 12 heures en 2 journées.
Taille des groupes : maximum 12 participants.
Attestation : délivrance d'une attestation de formation chef équipier intervention porteur ARI utilisant les moyens d'extinction légers et lourds.
Prérequis : avoir suivi une formation de base équipier d'intervention moyens d'extinction légers.

Renseignements et inscriptions : **academy@cohezio.be**
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/602

Prix à la demande

Formation

Porteur d'ARI

PARTENAIRE

Travailler et/ou intervenir équipé d'une protection respiratoire autonome indépendante (ARI) ne s'improvise pas. Une procédure stricte, un drill d'intervention performant, une rapidité d'exécution et une maîtrise des équipements de protection individuels sont des conditions qui garantiront la survie de l'intervenant, mais aussi le succès de son intervention.

Objectifs

Donner les bases théoriques, mais surtout, un ensemble d'exercices pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience quant à la mise en œuvre et à l'utilisation de la protection respiratoire autonome indépendante.

Contenu

Théorie

- Les protections respiratoires.
- Le système respiratoire.
- Les dangers des fumées et des gaz.
- Les protections respiratoires dépendantes (filtrantes).
- La protection respiratoire autonome indépendante (ARI).

Pratique

- Exercices pratiques de mise en œuvre
- Exercices pratiques d'utilisation dans un parcours ARI extérieur.
- Exercices pratiques d'utilisation dans un parcours ARI labyrinthique de niveau 1.
- Reconditionnement des ARI.
- Les techniques de sauvetage et de survie d'un porteur ARI.
- Exercices pratiques d'utilisation dans un parcours ARI labyrinthique de niveau 2.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Les collaborateurs qui sont amenés par leur fonction à porter une protection respiratoire autonome indépendante dans le cadre d'un travail ou d'une intervention.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 6 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 12 participants.
Attestation : attestation de suivi d'une formation au port de l'ARI délivrée sur base de la réussite de l'évaluation théorique et pratique.
Prérequis : être âgé de minimum 18 ans et un certificat d'aptitude médical.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/607

Prix à la demande

Recyclage

Porteur ARI

PARTENAIRE

Travailler et/ou intervenir équipé d'une protection respiratoire autonome indépendante (ARI) ne s'improvise pas. Une procédure stricte, un drill d'intervention performant, une rapidité d'exécution et une maîtrise des équipements de protection individuels sont des conditions qui garantiront la survie de l'intervenant, mais aussi le succès de son intervention.

Objectifs

Rappeler les bases théoriques, mais surtout, un ensemble d'exercices pratiques permettant aux participants d'acquérir une expérience quant à la mise en œuvre et à l'utilisation de la protection respiratoire autonome indépendante.

Contenu

Théorie

- Les protections respiratoires.

Pratique

- Exercices pratiques d'utilisation dans un parcours ARI extérieur.
- Exercices pratiques d'utilisation dans un parcours ARI labyrinthique de niveau 1.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Les collaborateurs qui sont amenés par leur fonction à porter une protection respiratoire autonome indépendante dans le cadre d'un travail ou d'une intervention.

Infos pratiques

Lieu : en entreprise ou sur le site de l'organisme formateur. **Durée** : 4 heures en 1 demi journée.
Taille des groupes : maximum 12 participants.
Attestation : délivrance d'une attestation de recyclage porteur ARI.
Prérequis : avoir suivi une formation de base porteur ARI.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/612

Prix à la demande

Formation

Unité Mobile : SAMM équipier de première intervention SLCI

PARTENAIRE

Gérer efficacement les premiers instants d'un sinistre, en attendant l'arrivée des secours professionnels relève de la responsabilité des équipiers d'intervention.
Ce rôle va s'articuler entre la lutte des premiers instants contre l'incendie, le sauvetage de personnes ou encore l'appel des secours. Tout cela en respectant strictement un ensemble de consignes de sécurité dans des situations pénibles de stress ambiant, de chaleur, de fumées et de bruits souvent impressionnants.
Grâce à notre unité mobile SAMM, votre personnel est formé sur son lieu de travail.

Objectifs

Donner les bases théoriques, mais surtout, réaliser un ensemble d'exercices pratiques permettant aux participants d'acquérir une première expérience de la mise en œuvre des moyens d'extinction légers et d'appliquer les règles de sécurité dans le cadre d'une intervention. La formation reprend plusieurs ateliers pratiques de lutte contre l'incendie qu'ils devront être capables de maîtriser ou encore de prendre en charge en attendant l'arrivée des services de secours. En plus de la gestion d'un début d'incendie, les participants sont formés aux principes de base de l'évacuation.

Contenu

Formation encadrée par 2 sapeurs-pompiers professionnels

Théorie
- Lutte contre l'incendie.
- Levée de doute.
- Procédures d'évacuation.

Pratique
- Reconnaître les différents moyens d'intervention.
- La courbe du feu.
- Initiation au maniement de l'extincteur aquamousse et extinction d'un feu de poubelle.
- Initiation au maniement de l'extincteur CO_2 et extinction d'un feu électrique.
- Initiation à l'extinction d'un feu de friteuse.
- Exercice d'évacuation.

L' unité mobile SAMM permet différentes formules personnalisées et adaptées à vos risques grâce à sa modularité de l'espace et à l'éventail des exercices possibles.

Liste des exercices disponible sur demande.

Journée encadrée par deux formateurs sapeurs-pompiers professionnels.

Pour qui ?

Personnel des entreprises, des industries, des PME, des administrations, des hôpitaux et maisons de repos, des établissements scolaires, …

Infos pratiques

Lieu : en entreprise.
Durée : 6 heures en 1 journée.
Taille des groupes : maximum 15 personnes.
Attestation : délivrance d'une attestation de participation.
Prérequis : aucun.

Renseignements et inscriptions : academy@cohezio.be
Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez dans notre sélection ?
Nous serions heureux de vous aider. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/F/614

Prix à la demande

cohe

7. Hygiène industrielle

Service

Analyse de la qualité de l'air intérieur

L'air d'un local clos peut être pollué par des sources différentes. L'employeur est donc tenu de veiller à ce que les travailleurs disposent d'une bonne qualité d'air intérieur dans les locaux de travail, conformément à l'art. III.1-34. et l'art. III.1-36 du code du bien-être au travail, ainsi que des Livre V (facteurs d'environnements), Livre VI (agents chimiques) et Livre VII (agents biologiques).
L'intervention répond donc à l'analyse de risques préconisée dans la législation, tenant compte également du débit de l'air apporté et des sources de pollutions.

Objectifs

- **Identifier les sources de pollutions intérieures et objectiver les plaintes émises.**
- **Réaliser une analyse de la qualité de l'air des travailleurs exposés.**
- **Mettre en place un plan d'action afin de prévenir les risques et d'améliorer la qualité de l'air des locaux de travail concernés.**

Contenu

L'analyse des risques est réalisée par des inspections visuelles, le contrôle des installations et des documents, et avec la participation des travailleurs. Si nécessaire, des mesurages et/ou calculs sont effectués.

Étape 1

- Screening (collecte d'informations pertinentes, inspection visuelle et enquête auprès des travailleurs) – peut avoir été réalisée lors de visites ou lors d'autres interventions de dépistage.
- Visite sur place et réalisation d'observations de l'environnement de travail et des locaux de travail guidés par un check-list **Cohezio**.

Étape 2

- Réalisation de calculs (facultatifs) permettant une évaluation.

Étape 3

- Réalisation de campagne de mesurages (facultatifs) pour les situations qui le nécessitent. Paramètres pouvant être mesurés :
  - débits de ventilation ;
  - taux de CO_2 ;
  - humidité de l'air ;
  - composés organiques volatils ;
  - Analyse et mesures des agents microbiologiques présents sur les surfaces ;
  - …

Étape 4

- Finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique.
- Mise en place d'un plan d'action.

Pour qui ?

Toutes les entreprises, les travailleurs exposés.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lors des mesurages les locaux doivent être occupés en mode de fonctionnement normal.
Cette analyse ne doit-pas être effectuée dans des conditions extrêmes (canicule, froid intense)

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

REF. hyg_20/S/712 — Prix à la demande

Service

Analyse concentration CO_2 de l'air intérieur par sondes connectées

Le Code du bien-être au travail relatif à la prévention de la qualité de l'air ((livre III, titre 1) précise les obligations de l'employeur en matière de qualité de l'air sur le lieu de travail. Le travail dans un environnement où la qualité de l'air est médiocre peut être source d'inconfort (maux de tête, difficultés de concentration,…) et/ou de problèmes de santé.

Dans le contexte de la COVID-19 et du retour au travail, la Task Force Ventilation a fixé des exigences en terme de concentration de CO_2 dans les locaux occupés dans le but de garantir une bonne aération pour diminuer la concentration de la charge virale et limiter les risques de transmission.

Afin de vous aider à mesurer, cartographier, analyser et interpréter ces concentrations de CO_2, **Cohezio** met à votre disposition des capteurs CO_2 connectés. En plus de l'indicateur visuel coloré qui vous permet de vérifier à chaque instant la situation dans votre local, des alertes SMS ou par mail peuvent vous être envoyées. Vous recevrez également un rapport pour l'analyse des résultats.

Objectifs

- **S'assurer d'une bonne qualité de l'air des locaux lors de leur utilisation et principalement lorsqu'ils sont occupés par un grand nombre de personnes.**
- **Enregistrer les mesures des concentrations de CO_2 sur de longues périodes dans les locaux choisis.**
- **Envoyer des alertes lors des dépassements des valeurs seuil.**
- **Accéder au reporting (relevés graphiques) via cohezio4w.**
- **Envoyer un rapport régulier avec l'analyse et l'interprétation des résultats.**
- **…**

Contenu

Etape 1 :

- visite sur place d'un conseiller en prévention de **Cohezio** pour déterminer les endroits prioritaires où un suivi et le placement de sonde(s) serait judicieux ;
- présentation de l'outil de reporting.

Etape 2 :

- implémentation des sondes connectées : sur base des conclusions de l'étape 1, placement, installation et location des sondes (durée minimale de location : 3 mois) principalement dans les locaux accueillant un grand nombre de personnes ;
- accès au reporting via cohezio4w (mise à jour quotidienne) ;
- envoi d'un reporting mensuel avec analyse et interprétation des résultats par le conseiller en prévention de **Cohezio**.

Pour qui ?

Tout établissement voulant s'assurer d'une bonne qualité de l'air (concentration CO_2) dans ses locaux occupés.

Prestataires

Le conseiller en prévention de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : dans les locaux des bâtiments concernés.

Durée : la durée de la visite préliminaire et de l'installation est à déterminer selon le nombre de locaux et des besoins ; la location des sondes est quant à elle pour une durée minimale de 3 mois.

Pour de plus amples informations concernant ce service, n'hésitez pas à prendre contact avec votre personne de référence au sein de Cohezio. Vous pouvez également nous joindre au numéro général suivant : 02 533 74 01 ou via info@cohezio.be.

REF. hyg_21/S/726 — Prix à la demande

Service

Audit HVAC

Identification des principaux paramètres climatiques et microbiologiques liés à l'installation HVAC.

Objectifs

Faire le point sur la situation concernant les principaux paramètres climatiques et microbiologiques d'un bâtiment équipé d'une installation HVAC.

Le cas échéant, proposer des mesures d'amélioration de la situation.

Contenu

- **Visite du bâtiment** en question, encadrée par une personne de contact au sein de l'entreprise qui connaît l'installation HVAC.
- **Réalisation d'une mesure climatique** aux étages ou postes de travail concernés. On procède à une évaluation du niveau de confort du climat intérieur, ainsi qu'à une détermination de la concentration en CO_2 afin d'obtenir une estimation du taux de renouvellement d'air.
- **Réalisation de mesures microbiologiques** de l'air ambiant aux étages et postes de travail concernés.
- **Prise d'échantillons microbiologiques au niveau de l'installation HVAC** (filtre (côté propre), ventilateur, batterie chaude, fils amazones ou carton alvéolaire) et de la grille de ventilation. Une analyse des micro-organismes présents dans le bac collecteur des humidificateurs d'air sera également effectuée (le cas échéant).

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : dépend de la taille du bâtiment et de l'installation HVAC, ainsi que du nombre de paramètres à analyser.

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/071 — Prix à la demande

Service

Avis sur les risques de légionnelle dans les installations

Legionella spp est une bactérie présente dans divers systèmes d'eau et plus particulièrement Legionella Pneumophila dans les systèmes avec l'eau potable. Dans des conditions de croissance favorables, la bactérie peut se multiplier. Une infection par Legionella peut mener à une maladie pulmonaire appelées légionellose.

La contamination se produit par l'inhalation de la bactérie dans de très petites gouttelettes d'eau (aérosol) qui peuvent être inhalées.

Ceci peut se produire dans toute installation diffusant des aérosols potentiellement contaminés comme les douches, les fontaines, les jacuzzis et autres bains bouillonnants, les petits humidificateurs mobiles, etc.

Objectifs

- **Analyser les systèmes concernés afin d'en déceler les éventuels facteurs de risque et, en fonction de leur type et de leur nombre, établir un plan d'action pour prévenir ce risque. Si les facteurs de risque sont trop nombreux et/ou trop défavorables, le recours à des prélèvements et analyses bactériologiques pourront être préconisés.**
- **Se conformer aux exigences du livre VII relatif au agents biologiques du code du bien-être au travail.**

Contenu

L'analyse de risque comprend différentes étapes visant à rechercher les facteurs de risque :

- mesure de la température de l'eau chaude à la sortie du système de chauffage, température de l'eau froide au sortir du compteur ;
- longueur estimée entre le chauffage et le compteur et les douches, le matériau des tuyaux, le présence ou non de calorifugeage, l'absence de bras morts ;
- l'entartrage éventuel des tuyaux et des pommeaux de douche ;
- mesure de la température de l'eau chaude dans la douche (≥ 55°c) et de l'eau froide dans la douche (< 20°c), limites de température défavorisant la multiplication de la bactérie (zone la plus favorable de développement : 35 à 40°c) ;
- présence ou non d'un circulateur sur le circuit maintenant une température plus constante ;
- maintenance existante ou non – et laquelle - sur cette installation ;
- fréquence d'utilisation de l'installation, …

Un rapport sera réalisé sur base des résultats et des recommandations.

Pour qui ?

Pour toute entreprise disposant de systèmes susceptibles de diffuser des aérosols potentiellement contaminés.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise. Idéalement en présence de l'équipe assurant la maintenance du système concerné.

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

REF. hyg_20/S/713

Prix à la demande

Service

Analyse de base du confort thermique et du renouvellement de l'air

Le confort thermique peut se définir par la sensation d'avoir ni trop chaud, ni trop froid. Cependant, il existe des variations inter-individuelles très importantes au niveau du ressenti d'une ambiance thermique modérée. A l'heure où nous connaissons une forte croissance des bureaux partagés et des open-spaces, les plaintes des travailleurs au sujet de l'ambiance thermique sont très récurrentes et difficiles à gérer. Outre les paramètres climatiques, un renouvellement de l'air insuffisant peut également contribuer au mal-être ressenti par les travailleurs.

Cohezio propose une démarche d'analyses qualitative et quantitative afin d'objectiver les plaintes des travailleurs et proposer des pistes d'amélioration.

Objectifs

- **Identifier le niveau et la stabilité de certaines constantes de l'air (paramètres climatiques et CO_2).**
- **Proposer des pistes d'amélioration en vue d'optimiser le confort thermique et le renouvellement de l'air.**

Contenu

Étape 1 : analyse des plaintes/symptômes évoqués par les travailleurs.

Étape 2 : analyse des caractéristiques du système de chauffage/ventilation/conditionnement d'air présent.

Étape 3 : mesurages de 1 à 4 heures des paramètres climatiques et de la concentration de CO_2.

Étape 4 : établissement de recommandations.

Pour qui ?

Toutes situations de travail où règne une ambiance thermique modérée.

Prestataires

Le conseiller en prévention de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise et en nos bureaux.

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

REF. hyg_20/S/714 — Prix à la demande

Service

Analyse avancée du confort thermique et du renouvellement de l'air

Le confort thermique peut se définir par la sensation d'avoir ni trop chaud, ni trop froid. Cependant, il existe des variations inter-individuelles très importantes au niveau du ressenti d'une ambiance thermique modérée. A l'heure où nous connaissons une forte croissance des bureaux partagés et des open-spaces, les plaintes des travailleurs au sujet de l'ambiance thermique sont très récurrentes et difficiles à gérer. Outre les paramètres climatiques, un renouvellement de l'air insuffisant peut également contribuer au mal-être ressenti par les travailleurs.
Cohezio propose une démarche d'analyse avancée sur base de la norme NBN EN ISO 7730 (Indices PMV-PPD) afin d'objectiver les plaintes des travailleurs et proposer des pistes d'amélioration.

Objectifs

- **Identifier le niveau et la stabilité de certaines constantes de l'air (paramètres climatiques et CO_2) sur une période relativement longue.**
- **Proposer des pistes d'amélioration en vue d'optimiser le confort thermique et le renouvellement de l'air.**

Contenu

Étape 1 : analyse des plaintes/symptômes évoqués par les travailleurs.

Étape 2 : analyse des caractéristiques du système de chauffage/ventilation/conditionnement d'air présent.

Étape 3 : mesurages de 1 à 15 jours des paramètres climatiques et de la concentration de CO_2.

Étape 4 : évaluation du métabolisme (charge physique) et de l'isolement vestimentaire sur base des normes de référence.

Étape 5 : calcul des Indices PMV-PPD par journée afin d'établir une prévision objective du pourcentage de personnes insatisfaites du confort thermique (Predicted Percentage of Dissatisfied = Indice PPD).

Étape 6 : réunion de travail avec les techniciens en charge de la gestion du système HVAC en vue de procéder à des modifications du réglage du système HVAC.

Étape 7 : établissement de recommandations.

Pour qui ?

Toutes situations de travail où règne une ambiance thermique modérée.

Prestataires

Le conseiller en prévention de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise et en nos bureaux.

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

REF. hyg_20/S/715

Prix à la demande

Service

Analyse avancée de la contrainte thermique (par le chaud ou par le froid)

Le travail dans une ambiance thermique extrême par le froid (entrepôts réfrigérés, par exemple) ou par le chaud (travail à proximité d'un four, par exemple) peut être source de risque pour la santé des opérateurs.

Afin d'évaluer le risque, nous pouvons procéder à des analyses quantitatives par mesures des ambiances thermiques sur votre lieu de travail.

Objectifs

- **Identifier le niveau de la contrainte thermique afin d'évaluer le risque pour l'organisme humain suivant les prescriptions du code du bien-être au travail et les normes en vigueur.**
- **Optimiser l'habillement et définir les périodes de récupérations requises.**
- **Recommandations techniques en vue d'améliorer les ambiances thermiques.**
- **Informer les travailleurs et la ligne hiérarchique.**

Contenu

Étape 1 : mesurages de 1 à 5 jours des paramètres climatiques.

Étape 2 : évaluation du métabolisme (charge physique) et de l'isolement vestimentaire sur base des normes de référence.

Étape 3 : interprétation des résultats sur base des normes de référence (ex. pour le chaud : NBN EN ISO 7243 – Indice WBGT).

Étape 4 : établissement de recommandations.

Pour qui ?

Toutes situations de travail où règne une ambiance thermique extrême par le chaud ou par le froid.

Prestataires

Le conseiller en prévention de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise et en nos bureaux.

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

REF. hyg_20/S/716 — Prix à la demande

Service

Analyse et mesures des agents microbiologiques présents sur les surfaces

Prévention des agents biologiques par prélèvements sur les surfaces. Afin de connaître l'exposition aux agents biologiques au niveau des postes de travail, on peut effectuer des mesures. Divers agents biologiques (bactéries, moisissures, levures, etc.) et leurs toxines peuvent en effet être présents sur le lieu de travail. Ces agents microbiologiques peuvent être absorbés par l'organisme et/ou se répandre dans l'air ambiant et peuvent entraîner l'apparition de pathologies (infection, allergie, intoxication) chez les travailleurs qui y sont exposés.
L'employeur doit veiller à ce que l'exposition aux agents microbiologiques soit la plus faible possible. Il procède dès lors à des prélèvements et à l'analyse d'échantillons de l'air ambiant sur le lieu de travail :

- si l'exposition à un agent microbiologique a été clairement démontrée dans le cadre du processus de travail et a été prouvée par une analyse des risques ;
- si un ou plusieurs travailleurs présentent des symptômes indiquant une intoxication.
- Afin de connaître l'exposition aux agents microbiologiques aux différents postes de travail, des mesures de l'air ambiant sont réalisées.

Les analyses microbiologiques sont réalisées dans un laboratoire partenaire externe. Ce type d'analyse doit être utilisé : Lorsque l'on souhaite vérifier si les plaintes exprimées par le personnel proviennent de la qualité microbiologique de l'air sur le lieu de travail. Les mesures microbiologiques sont effectuées sur le lieu de travail :

- lorsque l'on remarque la présence de moisissures sur le mur d'une pièce ;
- afin d'objectiver les plaintes de nature médicale exprimées par le personnel ;
- dans le cadre de campagnes de mesure au sein de l'entreprise.

Objectifs

- **Évaluation du risque d'exposition des travailleurs à des agents microbiologiques sur base de mesures.**
- **Détermination des surfaces exposées aux agents microbiologiques.**
- **Détermination de mesures de prévention (mesures de protection collective et individuelle).**
- **Détermination de la surveillance de la santé nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**
- **Si nécessaire, détermination de la périodicité des mesures de contrôle.**

Contenu

Étape 1 : analyse des scénarios d'exposition

- Détermination des groupes d'exposition homogènes
- Détermination d'une stratégie de mesure (plan de mesure, techniques de mesure)

Étape 2 : mesures sur place
Mesures réalisées conformément aux principes du Code du bien-être au travail, Livre VII – Agents biologiques et de la directive européenne 2000/54/CE du Parlement européen et du Conseil du 18 septembre 2000 concernant la protection des travailleurs contre les risques liés à l'exposition à des agents biologiques au travail.

En fonction des types de micro-organismes présents, différentes analyses peuvent être envisagées.

Pour qui ?

Le management, les membres du SIPP, les travailleurs.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/710

Prix à la demande

Service

Analyse et mesures des agents microbiologiques présents dans l'air

Divers agents biologiques (bactéries, moisissures, levures, etc.) et leurs toxines peuvent être présents sur le lieu de travail. Ils peuvent entraîner l'apparition de pathologies (infection, allergie, intoxication).

Des prélèvements et une analyse d'échantillons de l'air ambiant sur le lieu de travail peuvent être réalisés :
- si l'exposition à un agent microbiologique a été clairement démontrée dans le cadre du processus de travail et a été prouvée par une analyse des risques ;
- si un ou plusieurs travailleurs présentent des symptômes indiquant une intoxication ;
- lorsque des signes évidents de présence de moisissures ou d'agents biologiques sont présents.

Objectifs

- **Évaluer le risque d'exposition des travailleurs à des agents microbiologiques sur base de mesures.**
- **Objectiver les zones exposées aux agents microbiologiques.**
- **Proposer des mesures de prévention.**
- **Déterminer la surveillance de la santé nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**
- **Si nécessaire, déterminer de la périodicité des mesures de contrôle.**

Contenu

Étape 1 : analyse des scénarios d'exposition
- Détermination des groupes d'exposition homogènes.
- Détermination d'une stratégie de mesure (plan de mesure, techniques de mesure).

Étape 2 : mesures sur place.
Mesures réalisées conformément aux principes du livre VII relatif au agents biologiques du code du bien-être au travail et de la directive européenne 2000/54/CE.

Étape 3 : interprétation des résultats.

Étape 4 : détermination et hiérarchisation des mesures de prévention en se fondant sur les principes généraux de prévention (élimination, substitution, mesures de protection collective et individuelle, information et formation).

Étape 5 : finalisation des résultats et des recommandations au sein d'un rapport.

Possibilité de présenter le rapport au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

En fonction des types de micro-organismes présents, différentes analyses peuvent être envisagées.

Pour qui ?

La direction, les membres du SIPP, les travailleurs.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**, avec l'assistance d'un laboratoire externe.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/717 — Prix à la demande

Service

Substances chimiques

Prévention des agents chimiques. Différentes substances organiques et inorganiques sont utilisées sur le lieu de travail. Ces substances peuvent se disséminer dans l'air ambiant, être absorbées (en quantités plus ou moins importantes), et entraîner l'apparition de pathologies chez les travailleurs qui y sont exposés.
D'autre part, la législation prévoit que l'employeur procède à des prélèvements et à des analyses de substances, de produits dangereux et de l'air ambiant sur le lieu de travail : en cas d'exposition avérée à un polluant chimique dans le cadre du processus de travail et si cette exposition a été démontrée par une analyse des risques ou en cas d'apparition chez un ou plusieurs travailleurs de symptômes caractéristiques d'une intoxication au polluant chimique recherché.

Objectifs

- **Évaluer le risque d'exposition des travailleurs aux agents chimiques.**
- **Déterminer les mesures de prévention.**
- **Déterminer la surveillance médicale nécessaire au suivi des travailleurs concernés.**

Contenu

Les mesures des polluants chimiques peuvent être effectuées de manière ponctuelle ou continue.

- **Mesures ponctuelles**

  Ces mesures sont pratiquées en cas d'exposition quasi constante au polluant chimique. En fonction des polluants à analyser, on utilisera :
  - soit une pompe manuelle et des tubes colorimétriques : cette méthode permet de déterminer la présence d'un large éventail de substances ;
  - soit un analyseur impliquant l'utilisation d'une plaquette de 10 microtubes DRÄGER : cette technique est un peu plus précise que la précédente et tend d'ailleurs à la remplacer. Toutefois, actuellement, le nombre de substances que l'on peut mesurer est encore relativement restreint.

  Ces mesures ne nécessitent pas de faire appel à un laboratoire externe spécialisé.
- **Mesures en continu**

  Ces mesures sont effectuées lorsque l'exposition au polluant et sa concentration varient dans le temps. En fonction de la durée de la mesure, on n'obtient qu'une valeur de concentration moyenne. En fonction des polluants à analyser, on utilisera :
  - une pompe à bas ou à haut débit : cette méthode est plus chère que la précédente, mais elle apporte des résultats nettement plus précis ;
  - des produits spécifiques qui absorbent le produit chimique mesuré.

  Pour cette analyse, il est fait appel à un laboratoire externe spécialisé.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés aux agents chimiques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/711

Prix à la demande

Service

Mesures des poussières personnelles et/ou stationnaires

Prévention des agents chimiques, et plus particulièrement de la poussière.
Afin de connaître l'exposition à la poussière au niveau des différents postes de travail, il est possible de réaliser des mesures personnelles de la quantité de poussières inhalables et respirables.
Une mesure stationnaire des poussières est effectuée afin d'obtenir une idée globale de la formation de poussières dans les locaux de travail et de déterminer ainsi l'exposition des travailleurs aux poussières. Cette mesure stationnaire des poussières permet de déterminer la fraction de poussières inhalables et respirables.

Objectifs

De nombreux processus liés au travail libèrent des particules de poussière.

La libération de ces particules dans l'air ambiant peut nuire à la santé des travailleurs qui y sont exposés.

Des mesures objectives permettent d'identifier la quantité de poussière à laquelle les travailleurs sont exposés afin de pouvoir ensuite prendre des mesures.

Contenu

Mesures personnelles

Un petit appareil de mesure (échantillonneur personnel) est placé dans la zone de respiration d'un travailleur durant ses activités normales. Une certaine quantité d'air est aspirée au travers d'un filtre préalablement pesé. Après l'échantillonnage, l'unité de filtration est à nouveau pesée et le filtre est physiquement et chimiquement analysé afin de déterminer les éléments métalliques. Un laboratoire spécialisé en la matière effectue alors les analyses.

Mesures stationnaires

Un appareil de mesure (échantillonneur statique) est placé sur le lieu de travail durant les activités normales. Une certaine quantité d'air est aspirée au travers d'un filtre préalablement pesé. Après l'échantillonnage, l'unité de filtration est à nouveau pesée et le filtre est analysé physiquement et chimiquement afin de déterminer les éléments métalliques. Un laboratoire spécialisé en la matière effectue alors les analyses.

Après avoir effectué les mesures, un rapport sera établi et reprendra :
- les résultats des mesures ;
- l'évaluation de ces résultats par rapport à la législation ;
- les recommandations concernant la surveillance de la santé ;
- le cas échéant, les propositions de mesures de prévention.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés à la poussière.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/073 — Prix à la demande

Service

Analyse des expositions aux agents chimiques à l'aide d'outils de modélisation

Prévention des agents chimiques. Différentes substances organiques et inorganiques sont utilisées sur le lieu de travail. Ces substances peuvent se disséminer dans l'air ambiant, être absorbées (en quantités plus ou moins importantes), et entraîner l'apparition de pathologies chez les travailleurs qui y sont exposés.
Afin d'analyser les risques pour la sécurité et la santé des travailleurs exposés à des agents chimiques et de prendre les mesures de prévention qui s'imposent, nous proposons, sur base d'un inventaire produits dangereux, d'estimer de manière quantitative les niveaux d'expositions de vos collaborateurs, à l'aide d'outils de modélisation.

Objectifs

- **Réaliser une analyse transversale de l'exposition globale des travailleurs exposés à des agents chimiques émis ou présents dans vos produits.**
- **Evaluer de manière approfondie les voies d'exposition.**
- **Mettre en place des outils de gestion des produits (stockage, achat, information des collaborateurs, …)**
- **Mettre en place un plan d'action afin de prévenir les risques chimiques.**
- **Cibler et optimiser les protocoles de mesures.**
- **Déterminer les équipements de protection collective et individuelle à mettre en place.**

Contenu

Sur base d'un inventaire des produits dangereux ou d'un avis toxicologique spécifique :

Étape 1 : analyse des conditions d'exposition

- Analyse des conditions d'exposition des travailleurs après visite des lieux de travail (par inhalation, contact cutané, ingestion).
- Mise en évidence des facteurs de risque (collectifs vs individuels).

Étape 2 : évaluation quantitative des risques

- Evaluation quantitative des risques chimiques à l'aide de logiciels choisis en concertation avec le client (SEIRICH, Colibrisk, Stoffenmanager, Advanced Reach Tool, Safetify, …).
- Classement par niveau de risque.

Étape 3 : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention (élimination, substitution, EPC, EPI, information, formation).

Étape 4 : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés aux agents chimiques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio** / Expert de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/718

Prix à la demande

Service

Avis toxicologique

Prévention des agents chimiques. Différentes substances organiques et inorganiques sont utilisées sur le lieu de travail. Ces substances peuvent se disséminer dans l'air ambiant, être absorbées (en quantités plus ou moins importantes), et entraîner l'apparition de pathologies chez les travailleurs qui y sont exposés.
Afin de prévenir les risques chimiques associés à l'utilisation d'un produit spécifique dans votre entreprise, nous proposons une analyse de base permettant de connaître la toxicité du produit, les voies d'exposition, les effets sur la santé de vos collaborateurs, les mesures de prévention à mettre en place et les substitutions éventuelles.

Objectifs

Donner un avis toxicologique sur un produit chimique.

Contenu

La nocivité des agents chimiques est fonction de leurs propriétés physico-chimiques spécifiques, influençant leur comportement dans l'environnement et dans les organismes vivants. Comprendre la base scientifique est une première étape primordiale dans l'analyse des risques d'un produit. L'étude permet également de guider le médecin du travail dans sa démarche de mise en œuvre d'une stratégie de surveillance biologique de l'exposition aux substances chimiques.
L'étude s'articule comme suit :

- analyse de la fiche de données de sécurité du fournisseur ;
- analyse de la classification du fournisseur (produit final et composition) et comparaison avec la classification harmonisée ;
- avis réglementaire (substance candidates vs soumises à autorisation/ restriction) ;
- recherche bibliographique supplémentaire en cas de manque de données ou de fiches non conformes (Dossier REACh, pubmed, …) ;
- recherche des propriétés physico-chimiques des agents chimiques ;
- recherche des Valeurs Limites d'Exposition Professionnelle (valeurs belges, pays voisins, DNEL) ;
- recherche des niveaux, type et durée d'exposition à risque ;
- recherche d'existence de biomarqueurs d'exposition ;
- recherche bibliographique sur la problématique et sur des mesures prises ailleurs ;
- avis de substitution de produit.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés aux agents chimiques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio** et en collaboration avec le conseiller en prévention-médecin du travail.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/719 — Prix à la demande

Service

Rédaction d'une fiche de données de sécurité simplifiées

Prévention des agents chimiques. Différentes substances organiques et inorganiques sont utilisées sur le lieu de travail. Ces substances peuvent se disséminer dans l'air ambiant, être absorbées (en quantités plus ou moins importantes), et entraîner l'apparition de pathologies chez les travailleurs qui y sont exposés.
Afin de prévenir les risques chimiques associés à l'utilisation d'un produit spécifique dans votre entreprise, nous proposons la rédaction de fiches de données simplifiées. Ces fiches résument en une seule page les points essentiels des FDS (fiche de données de sécurité) du fournisseur ; ce qui leur confèrent un support de communication facile à comprendre. Ces fiches peuvent être affichées aux postes de travail et être facilement consultables par les travailleurs, répondant ainsi à l'obligation des employeurs d'informer les travailleurs au risque chimique.

Objectifs

Rédiger des fiches de données de sécurité simplifiées.

Contenu

Les fiches de données de sécurité simplifiées reprennent les différents points suivants :

- Le logo de l'entreprise.
- Le nom du site.
- La zone de la zone/département.
- Le numéro de référence (si disponible).
- Le nom du produit.
- Le nom du fournisseur.
- L'usage prévu.
- Le lieu de stockage.
- Les dangers du produit :
  - les pictogrammes de danger ;
  - les mentions d'avertissement ;
  - les mentions de danger.
- Les consignes de sécurité :
  - les consignes de protections individuelles ;
  - les consignes de stockage/manipulation ;
  - les informations sur la stabilité et la réactivité du produit ;
  - la gestion des déchets ;
  - autres informations.
- Que faire en cas d'urgence ?
- Les premiers soins.
- En cas de déversements accidentels.
- En cas d'incendie.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés aux agents chimiques.

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 à 4 heures par nouveau produit.

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

REF. mod_20/S/701

Prix à la demande

Service

Avis spécifique concernant l'utilisation d'un produit

Un produit est étudié en détail et un avis vous est rendu par rapport à l'utilisation qui en est faite et les mesures de prévention déjà mises en place.

Objectifs

- **Améliorer vos connaissances sur les caractéristiques physico-chimiques des produits que vous utilisez.**
- **Déterminer les risques liés à l'utilisation de ces produits dangereux.**
- **Déterminer les mesures préventives et correctrices lors de la manipulation et en cas d'exposition accidentelle à un produit dangereux.**

Contenu

L'avis d'un conseiller en prévention-hygiéniste du travail peut être utile à différents moments :

- lors de l'introduction d'un nouveau produit dans l'entreprise, l'avis remis est, dans ces cas-là, émis en concertation avec le conseiller en prévention -médecin du travail ;
- lors d'une recherche pour la substitution d'un produit dangereux par un produit non dangereux ;
- lors de recherches pour améliorer la prévention pour son utilisation.

Selon votre demande, l'avis peut reprendre différentes informations :

- caractéristiques physico-chimiques du produit et leurs conséquences (volatilité, solubilité, inflammabilité, …) ;
- voies d'entrée possibles dans l'organisme ;
- toxicité du produit sur l'homme et risques éventuels en aigu et en chronique ;
- bio-transformation (diffusion et modification dans l'organisme) et biodisponibilité (endroits de l'organisme où le produit peut être dosé) ;
- suivis biologiques et au poste de travail, valeurs limites d'exposition ;
- moyens de protection collectifs et individuels : à prévoir ou vérification de l'efficacité des équipements mis en place ;
- informations sur les éventuelles incompatibilités du produit avec un autre ;
- aide à la définition des procédures à appliquer en cas de déversement ;
- aide à la définition des mesures de premiers secours à mettre en place en cas d'accident.

Pour qui ?

Tous les employeurs.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

La réalisation de l'avis d'un produit nécessite :
- de connaitre les mesures de prévention mises en place ou prévues (en cas d'introduction d'un nouveau produit)
- de pouvoir consulter la fiches de données sécurité du produit

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

REF. hyg_20/S/720

Prix à la demande

Service

Inventaire des produits dangereux et analyse de risque qualitative

Prévention des agents chimiques. Différentes substances organiques et inorganiques sont utilisées sur le lieu de travail. Ces substances peuvent se disséminer dans l'air ambiant, être absorbées (en quantités plus ou moins importantes), et entraîner l'apparition de pathologies chez les travailleurs qui y sont exposés.
Afin d'analyser les risques pour la sécurité et la santé des travailleurs exposés à des agents chimiques et de prendre les mesures de prévention qui s'imposent, nous proposons de réaliser votre inventaire des substances/produits chimiques présents sur le lieu de travail. Ce repérage représente la base de l'analyse des risques chimiques, permettant de visualiser les dangers présents dans l'entreprise, de repérer les risques, de dégager des pistes d'amélioration concernant la santé et la sécurité au travail, d'envisager des substitutions et d'évaluer les conditions de stockage et de manipulation.

Objectifs

- **Disposer d'un inventaire exhaustif de vos produits dangereux.**
- **Mettre en place des outils de gestion des produits (stockage, achat, information des collaborateurs, …).**
- **Mettre en place un plan d'action afin de prévenir les risques chimiques.**
- **Déterminer les équipements de protection collective à mettre en place et, si besoin, les équipements de protection individuelle à porter.**

Contenu

L'analyse des risques chimiques est réalisée en plusieurs étapes. Les différentes étapes peuvent être réalisées en fonction des priorités.

Étape 1 : identification des dangers.

- Inventaire des substances/produits chimiques utilisés sur le lieu de travail.
- Inventaire des substances/produits chimiques générés par des processus sur le lieu de travail.
- Repérage des produits périmés ou plus utilisés (tri, élimination, gestion du stock).
- Revue des fiches de données de sécurité et contrôle en fonction de la législation en vigueur.
- Inventaire des dangers au sein de l'entreprise ou par poste de travail.
- Identification des substances à risques prioritaires.
- Réalisation de fiches de données de sécurité simplifiées.
- Identification des incompatibilités de produits et proposition d'un plan de stockage.

Étape 2 : analyse qualitative des conditions d'exposition.

- Identification des lieux de stockage et d'utilisation.
- Identification de l'usage prévu.
- Identification des flux et stockages intermédiaires.
- Identification des quantités présentes.
- Identification qualitative des expositions par niveau de risque : faible exposition, exposition modérée, exposition forte, …

Étape 3 : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport.
Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Les travailleurs exposés aux agents chimiques.

Prestataires

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio** ou un expert **Modyva**.

Infos pratiques

La réalisation d'un inventaire nécessite :
- d'avoir accès aux locaux et aux espaces de stockage ;
- de pouvoir consulter les fiches de données sécurité des produits.

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

REF. hyg_20/S/721

Prix à la demande

Service – Amiante

Réalisation de l'inventaire amiante

Tous les employeurs doivent établir un inventaire de la totalité de l'amiante et des matériaux contenant de l'amiante présents dans toutes les parties des bâtiments et dans les équipements de travail et équipements de protection se trouvant sur le lieu de travail. Cet inventaire correspond à l'inventaire amiante décrit dans l'article VI.3-4 §1 du code du bien-être au travail.

Objectifs

- **Détecter les applications d'amiante dans les bâtiments fréquentés par les salariés.**
- **Evaluer l'état de l'amiante et fournir un programme de gestion.**
- **Préciser les activités qui peuvent donner lieu à une exposition à l'amiante.**
- **Être en conformité avec le titre 3 du livre VI du code du bien-être au travail.**

Contenu

- Dépistage et identification des matériaux susceptibles de contenir de l'amiante lors d'une visite des locaux.
- Prise d'échantillons de matériaux en vue d'une analyse par un laboratoire agréé.
- Réalisation du rapport d'inventaire avec évaluation des matériaux.
- Rédaction du programme de gestion et fourniture du template à utiliser pour la mise à jour annuelle.
- Avis du médecin du travail sur l'inventaire (art. VI.3-7 du code).
- Repérage photos et identification sur plan à la demande.

Pour qui ?

Tout employeur, ligne hiérarchique ou SIPP.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio** et avis du conseiller en prévention-médecin du travail.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Une liste des différentes informations nécessaires à la rédaction de l'inventaire est envoyé préalablement

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

REF. hyg_20/S/722 — Prix à la demande

Service – Amiante

Avis sur inventaire amiante

L'avis du conseiller en prévention-sécurité et conseiller en prévention-médecin du travail est requis lorsque l'inventaire amiante a été rédigé (article VI.3-7 du code du bien-être au travail). Cet avis et les modifications apportées doivent faire l'objet d'une information au Comité.

Objectifs

- **Soutenir le Service Interne de Prévention et de Protection en donnant un avis sur l'inventaire amiante pour le respect des prescriptions reprises à article VI.3-7 du code du bien-être au travail.**

Contenu

L'avis porte sur :

- l'étendue de l'inventaire ;
- l'évaluation des matériaux ;
- les activités qui peuvent donner lieu à une exposition à l'amiante ;
- le choix des méthodes de réparation, entretien, enlèvement ;
- le programme de gestion ;
- la possibilité de réalisation de mesurage suite au risques de contamination ;
- le type d'information/formation à donner au personnel et le contenu.

Pour qui ?

Tout employeur, ligne hiérarchique ou SIPP.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio** et avis du conseiller en prévention-médecin du travail.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/723

Prix à la demande

Service – Amiante

Identification d'un matériau suspect avec prise d'échantillon

L'environnement de travail doit assurer santé et sécurité pour les travailleurs et être composé de matériaux qui ne peuvent induire des risques ; les matériaux suspectés de contenir de l'amiante et d'être de nature à produire des contaminations doivent faire l'effet d'une analyse de manière à déterminer leurs propriétés et mettre en place des mesures de prévention en fonction des résultats.

Objectifs

- **Identification de la nature d'un matériau suspecté de contenir de l'amiante.**
- **Prise d'échantillon par le conseiller en prévention -sécurité Cohezio et par un laboratoire agréé.**
- **Interprétation des résultats et propositions de mesures de prévention.**

Contenu

- Prise d'échantillons de matériaux en vue d'une analyse par un laboratoire agréé.
- Identification du matériau susceptible de contenir de l'amiante.
- Réalisation d'un rapport basé sur les résultats de l'analyse du laboratoire et comprenant les mesures de prévention à prendre suite à ces résultats et la visite des lieux.

Pour qui ?

Pour les employeurs ayant une suspicion sur la nature d'un matériau ou après une proposition de mesure de prévention suite à une visite de lieu de travail.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/724

Prix à la demande

Service – Amiante

Avis sur plan de travail lors d'un désamiantage

Lors d'un chantier de désamiantage, que ce soit en traitement simple, par la méthode du sac à manchons ou en zone hermétique, l'avis du conseiller en prévention-sécurité et du médecin du travail est requis pour le plan de désamiantage (art.VI.3 – 53 du code).

Objectifs

Soutenir le Service Interne de Prévention et de Protection en donnant un avis sur le plan de travail proposé lors d'un chantier amiante et suivant les prescriptions de l'Art VI.3-43.

Contenu

Le contenu du plan de travail lors de chantier d'amiante est déterminé par le code du bien-être dans l'article VI.3-43 et préalable au début des travaux.

Sur base du plan de travail fourni par l'employeur et suivant la configuration des lieux, un avis peut être rendu sur :

- la possibilité d'enlèvement préalable de l'amiante avant réparation ou entretien ;
- la succession des travaux ;
- les mesures de prévention collectives ;
- les méthodes de travail ;
- les équipements de protection individuelle ;
- la protection des travailleurs et des personnes à proximité ;
- la décontaminations des lieux et des équipements ;
- la procédure de fin d'activité.

Pour qui ?

Tout employeur, ligne hiérarchique ou SIPP.

Prestataires

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Infos pratiques

Lieu : suivant la demande.

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

REF. hyg_20/S/725

Prix à la demande

Service

Audit HACCP (analyse de l'hygiène alimentaire dans les unités de restauration)

Gestion de l'hygiène alimentaire au sein d'une cuisine de collectivité au vu des prescriptions légales en la matière (Règlement CE 852/2004).

Objectifs

Après un screening du matériel, des procédures et observation du travail effectif, en cuisine, afin d'y déceler les éventuels manquements en matière d'hygiène alimentaire et de proposer des solutions concrètes de mise en ordre et/ou d'amélioration.

Ceci permet d'éviter les conséquences découlant de tels manquements comme les intoxications alimentaires de groupe.

Contenu

Cet audit porte sur les éléments suivants :

- **livraison** : vérification, notation date de livraison, température ;
- **stockage** : respect des températures, séparation «préparé» / «non préparé» et «alimentaire» / «non alimentaire», principe First In – First Out ;
- **préparation** : état des locaux, rangement, évacuation des déchets ;
- **cuisson** : état des locaux, rangement, évacuation des déchets, respect températures ;
- **self-service** : respect des températures, nettoyage et maintenance ;
- **vaisselle** : évacuation des déchets, condensation, produits utilisées ;
- **toilettes** : séparées des locaux de cuisine, lave-mains, système de séchage des mains ;
- **vestiaires** : séparation vêtements privés / professionnels ;
- **hygiène du personnel** : respect des règles d'hygiène ;
- **nettoyage** : plan de nettoyage ;
- **circuits et travail** : absence de croisement des circuits «propres» et «sales», marche en avant.

Pour qui ?

Toute entreprise comportant une cuisine de collectivité où l'on prépare et sert des repas (destinés au personnel même ou au public).

Prestataires

L'audit HACCP (Hazard Analysis and Control of Critical Points) est réalisé par un conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio**.

Infos pratiques

Durée : environ une journée à partir des premières préparations du matin jusqu'à la fin du processus de nettoyage des locaux.

Lieu : au sein de l'entreprise.

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

REF. hyg_20/S/072

Prix à la demande

Service

Analyse de l'exposition aux champs électromagnétiques

Prévention contre les effets des champs électromagnétiques (CEM) sur la santé. Les champs électromagnétiques sont très présents dans notre environnement (réseaux et installations électriques, infrastructure IT, téléphonie, équipements électriques, …).
Afin d'évaluer ou contrôler les niveaux d'exposition aux postes de travail, nous proposons d'évaluer l'exposition en réalisant des mesurages dans votre entreprise.

Objectifs

- **Quantifier les champs électromagnétiques auxquelles s'exposent vos collaborateurs au moyen de mesurages.**
- **Identifier les équipements qui contribuent le plus à l'exposition.**
- **Définir un plan d'action.**
- **Sensibiliser/rassurer les travailleurs et la ligne hiérarchique.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire des situations de travail.

Étape 1 : inventaire des sources potentielles de CEM.

Étape 2 : evaluation de l'exposition au moyen de mesurages.

Étape 3 : analyse des mesures, interprétation des résultats et évaluation de l'exposition des travailleurs par rapport au code du bien-être et/ou les recommandations internationales et législations environnementales

Étape 4 : déterminer et hiérarchiser les mesures de prévention à prévoir en s'appuyant sur les principes généraux de prévention.

Étape 5 : finalisation des résultats et des recommandations dans un rapport. Possibilité de le présenter au CPPT et/ou à la ligne hiérarchique et/ou aux travailleurs.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui disposent d'équipements ou d'infrastructures émettant des CEM (cabines haute tension, WIFI, installations de production, …).

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 à 3 jours (selon nombre de situations de travail à étudier).

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

REF. mod_20/S/702

Prix à la demande

Formation

Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples)

L'exposition à l'amiante est dangereuse pour la santé. Il subsiste à l'heure actuelle de nombreuses sources potentielles d'amiante au vu des multiples utilisations et applications qui en ont été faites dans le passé. Reconnaître les matériaux susceptibles de contenir de l'amiante et pouvoir les manipuler sans risques pour sa santé et celle de son environnement est essentiel.

Objectifs

- **Etre capable d'évaluer les risques pour sa santé et prendre les dispositions nécessaires pour travailler en toute sécurité.**
- **Cette formation répond également aux exigences du code du bien-être , titre 3 du livre VI du code du bien-être.**

Contenu

La formation aborde les différents points suivant les articles VI.3-67 à VI.3-69 du code du bien-être au travail :

- propriétés et risques pour la santé ;
- types de produits et matériaux, comment les reconnaitre ;
- opérations pouvant entrainer une exposition ;
- la surveillance de santé ;
- les pratiques professionnelles sûres et les techniques de mesures ;
- port et utilisation des équipements de protection, choix et pratiques ;
- procédures d'urgence ;
- procédures de décontamination et d'élimination des déchets ;
- les techniques de démolition et d'enlèvement d'amiante ou de matériaux contenant de l'amiante ainsi que les risques pour la santé et la sécurité qui y sont associés ;
- les règles spécifiques relatives à l'utilisation des epi, les procédures d'urgence et les procédures de décontamination qui découlent du fait qu'il s'agit de travaux de démolition et d'enlèvement ;
- les règles et techniques spécifiques en matière de traitement des déchets d'amiante et de leur enlèvement ;
- exercices pratiques.

Pour qui ?

Les travailleurs susceptibles d'intervenir dans un environnement pouvant contenir de l'amiante ou doivent enlever de l'amiante avec la technique des traitements simples.

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 journée (selon l'exigence du code du bien-être au travail). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. hyg_20/F/712 — Prix à la demande

Recyclage

Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples)

Recyclage de la formation à la prévention et à la protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples)
La législation impose un recyclage annuel des travailleurs ayant le certificat de formation de base de traitements simples de l'amiante afin de rappeler l'importance du travail suivant certaines procédures afin de préserver leur santé et leur sécurité ainsi que leur environnement.

Objectifs

- **Rappel des informations de base leur permettant d'exécuter les travaux de traitements simples de l'amiante sans risques pour leur santé et leur sécurité.**
- **Préservation de l'environnement de travail.**
- **Réponse aux exigences du titre 3 du livre VI du code du bien-être.**
- **Réponse aux questions sur des situations de travail.**

Contenu

Suivant les articles VI.3-67 à VI.3-69 du code du bien-être au travail.

Rappel de :
- types de matériau et reconnaissance de l'amiante ;
- risques et opérations pouvant entraîner des contaminations ;
- législation, mesurages, analyse de risques ;
- moyens de prévention, EPI ;
- procédures d'urgence.

Focus variés :
- changement dans la législation, actualités ;
- spécificités des EPI ;
- points faisant l'objet d'interpellation des travailleurs ou employeurs ;
- cas pratiques.

Pour qui ?

Pour les travailleurs ayant suivi au préalable la formation de base amiante et qui doivent effectuer des travaux d'enlèvement d'amiante ou de matériaux contenant de l'amiante ou intervenir dans un environnement susceptible de contenir de l'amiante.

Formateur

Le conseiller en prévention sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

La formation se réfère au déroulement de la formation de base et se diversifie par l'expérience concrète des participants . Elle se construit selon un modèle de travail interactif, ce qui implique une participation active des travailleurs. La théorie et des exercices de réflexion alternent tout au long de la formation.

Infos pratiques

Durée : 1 journée (selon l'exigence du code du bien-être au travail). La durée peut être adaptée suivant la demande. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. hyg_20/F/713

Prix à la demande

Formation

Hygiène alimentaire suivant la norme HACCP

Cette formation fournit aux participants les lignes directrices et procédures relatives à l'hygiène alimentaire en leur donnant les bases pour les appliquer de manière adéquate en pratique. Cette formation est basée sur les principes de la norme HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point ou système d'analyse des dangers et points critiques pour leur maîtrise).

Objectifs

- **Pouvoir mettre en place les mesures d'hygiène de base lorsqu'il y a manipulation de denrées alimentaires, se protéger et protéger les denrées alimentaires. Cette formation répond aux obligations légales d'un employeur envers ses travailleurs qui sont amenés à manipuler des denrées alimentaires.**
- **Être en conformité l'article VII.1-31 du code du bien-être au travail et l'arrêté royal du 13/07/2014 relatif à l'hygiène des denrées alimentaires.**

Contenu

La formation aborde les différents points suivant :

- qu'est-ce qu'un micro-organisme, où le retrouve-t-on, comment et dans quelles conditions il se développe, quelles en sont les conséquences ?
- un examen détaillé des différentes manipulations effectuées dans une cuisine (la réception des matières premières, la conservation, la préparation, la distribution des repas, la collecte et gestion des déchets, le nettoyage du matériel, l'entretien des locaux) et l'examen des points critiques possibles avec une explication des mesures préventives au niveau du personnel de cuisine ;
- quelles sont, à chaque stade, les erreurs qui ne peuvent être faites et pourquoi ?
- quelles sont les règles à suivre pour éviter les contaminations ?
- réponses aux questions pratiques.

Pour qui ?

Les personnes en contact régulier avec les denrées alimentaires (travaillant par exemple dans une cuisine).

Formateur

Le conseiller en prévention-sécurité de **Cohezio**.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. hyg_20/F/714 — Prix à la demande

Formation

Utilisation de produits d'entretien

Le travail dans le secteur du nettoyage présente deux risques connus : celui lié à l'utilisation de produits d'entretien d'une part, et celui lié aux positions de travail, aux mouvements inadaptés et répétitifs d'autre part.

Objectifs

- **Comprendre la nature des risques liés à l'utilisation des produits d'entretien.**
- **Adopter les attitudes de prévention adéquates (suivi des règles de sécurité, port des équipements de protection individuels, bonnes positions de travail et utilisation adéquate du matériel, …).**

Contenu

Utilisation des produits d'entretien.

- La composition et les grandes catégories de produits d'entretien.
- L'inhalation, le contact cutané ou l'ingestion de produits.
- Les effets sur l'organisme (effets irritants, corrosifs, nocifs et toxiques, les allergies cutanées et respiratoires).
- L'étiquetage « santé », « sécurité » et « environnement ».
- Les moyens de protection et les premiers soins.
- Les conseils de sécurité avant, pendant et après l'utilisation de produits.

D'autres thèmes à la demande peuvent également être abordés (par exemple : port de charge, utilisation d'échelles et escabelles, équipements de travail, …)

Pour qui ?

Toutes les personnes amenées à manipuler ce(s) - produit(s) au cours de leur travail ainsi que leur ligne hiérarchique directe.

Formateur

Le conseiller en prévention-hygiéniste de **Cohezio** ou formateur spécialisé.

Méthode utilisée

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée. Maximum 15 personnes.

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

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

REF. hyg_20/F/716

Prix à la demande

Formation

Sensibilisation et gestion des agents chimiques en entreprise

Cohezio et **Modyva** dispensent régulièrement des formations en entreprise. La société **Modyva** intervient également dans la formation des conseillers en prévention de niveau 1 et des hygiénistes dans différentes universités.
Nous nous appuyons sur des supports clairs et pratiques permettant de former et/ou sensibiliser les participants. Ces outils vulgarisent les notions techniques et sont tout à fait abordables, même pour des personnes ne disposant pas de qualifications techniques poussées.
Nos formations se déclinent en 3 niveaux de compétences :

- **Travailleur (TRAV)** : sensibilisation/formation des travailleurs exposés au bruit ;
- **Ligne hiérarchique (LH)** : sensibilisation/formation de la ligne hiérarchique et de vos services techniques afin de lutter efficacement contre le bruit ;
- **Conseiller en prévention (CP)** : formation des conseillers en prévention à l'analyse de risques.

Objectifs

- **Sensibiliser/former/informer les travailleurs exposés aux agents chimiques et développer les réflexes nécessaires pour réduire l'exposition au risque.**
- **Disposer des connaissances nécessaires afin de maîtriser les risques chimiques dans votre entreprise.**
- **Disposer des connaissances nécessaires afin de réaliser une analyse de risques chimiques et mettre en place les plans d'actions requis.**

Contenu

- **Bases théoriques** adaptées au niveau des participants (TRAV, LH, CP) : substances/mélanges, les risques pour la santé, les voies d'exposition.
- **Lire une fiche de données sécurité** (TRAV, LH, CP) : fiches de données sécurité et fiches simplifiées.
- **Réflexes de base** pour se protéger des risques chimiques (TRAV) : étiquetage, respect des consignes de stockage, port des EPI.
- **Etablir un inventaire** des produits dangereux et rédiger des fiches de données sécurité simplifiées (LH, CP).
- **Principes de bases** pour lutter contre les risques chimiques (LH, CP) : substitution, EPC, EPI.
- **Stockage des produits dangereux** (LH, CP) : principes de base, compatibilité des produits, obligations légales.
- **L'analyse des risques chimiques** (CP) : groupes homogènes d'exposition, analyses qualitatives, plans de tests, méthodes (Seirich, Colibrisk, Safetify).

Pour qui ?

Toutes les entreprises utilisant des agents chimiques.

Formateur

Le conseiller en prévention de **Cohezio** et/ou un expert de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée :
Travailleur : 30 minutes à 1heure.
Ligne hiérarchique : 2 à 4 heures.
Conseiller en prévention : 1 à 2 jours.

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

REF. hyg_20/F/717 — Prix à la demande

core

8. Environnement

Service

Etude d'incidences acoustiques environnementales pour des installations/entreprises existantes

Les entreprises sont tenues de respecter certaines normes de bruit fixées dans la législation environnementale propre à chaque région. Le développement serein de vos activités nécessite également la maîtrise des incidences sonores chez vos voisins.

Modyva est reconnu comme laboratoire agréé par la Région wallonne dans le cadre de la lutte contre le bruit. C'est agrément est également valable en Région de Bruxelles-Capitale. Nos études sont donc utilisables dans le cas de demande de permis d'environnement ou de litiges avec des riverains ou les instances chargées du contrôle.

Afin d'évaluer vos incidences sonores, nous pouvons réaliser des mesures de bruit chez les riverains mais aussi et surtout identifier les sources de bruit problématiques et, au besoin, vous accompagner dans l'assainissement de vos installations.

Objectifs

- **Evaluer vos émissions sonores chez les riverains et la conformité de votre entreprise par rapport à la législation environnementale.**
- **Identifier les sources de bruit problématique (par analyse de contribution).**
- **Déterminer les actions prioritaires à mettre en place et les hiérarchiser.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire de vos activités, de votre situation au plan de secteur (ou au PRAS) et de votre permis d'envrionnement, nous définissons un plan de mesures avec vous (position des points, durée de la campagne).

Étape 1 : installation des sonomètres sur site (suivi des équipements bruyants) et chez les riverains.

Étape 2 : mesures ponctuelles complémentaires éventuelles avec un sonomètre et/ou une caméra acoustique.

Étape 3 : analyse des données de manière à déduire le bruit de fond présent, identifier les phases d'activité et la contribution des installations présentes au bruit mesuré chez les riverains.

Étape 4 : recommandations techniques en cas de dépassement des valeurs légales.

Étape 5 : au besoin, présentation des résultats en entreprise, aux riverains et/ou aux autorités.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui sont soumises à un permis d'environnement et qui ont des incidences sonores dans leur voisinage.

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 à 20 jours (selon la complexité de l'entreprise).

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

REF. mod_20/S/901 — Prix à la demande

Service

Etude d'incidences acoustiques environnementales pour des installations/ entreprises projetées (demande de permis d'environnement)

Les entreprises sont tenues de respecter certaines normes de bruit fixées dans la législation environnementale propre à chaque région. Le développement serein de vos activités nécessite également la maîtrise des incidences sonores chez vos voisins.

Modyva est reconnu comme laboratoire agréé par la Région wallonne dans le cadre de la lutte contre le bruit. C'est agrément est également valable en Région de Bruxelles-Capitale. Nos études sont donc utilisables dans le cas de demande de permis d'environnement ou de litiges avec des riverains ou les instances chargées du contrôle.

En cas de projets d'extension de vos activités, nous pouvons vous accompagner dans l'évaluation des futures incidences sonores, l'introduction de la demande de permis et la mise en place d'action techniques permettant de respecter les normes de bruit.

Objectifs

- **Evaluer vos émissions sonores chez les riverains et la conformité de votre projet par rapport à la législation environnementale.**
- **Identifier les sources de bruit problématique (par analyse de contribution).**
- **Déterminer les actions prioritaires à mettre en place et les hiérarchiser.**
- **Vous accompagner dans la rédaction de cahiers des charges, le suivi du chantier et la réception technique du projet.**

Contenu

Sur base d'une analyse préliminaire de vos activités, de votre situation au plan de secteur (ou au PRAS) et de votre permis d'envrionnement.

Étape 1 : si besoin (ex : permis de classe 1), évaluation des niveaux sonores en situation existante.

Étape 2 : inventaire des sources de bruit du projet et caractérisation de leurs puissances acoustiques (mesures sur d'autres site, documentation technique).

Étape 3 : mise en place d'un modèle du site (ISO 9613) reprenant les sources, la topographie, les bâtiments, …

Étape 4 : recommandations techniques en cas de dépassement prévisible des valeurs légales.

Étape 5 : au besoin, présentation des résultats en entreprise, aux riverains et/ou aux autorités.

Pour qui ?

Toutes les entreprises qui sont soumises à un permis d'environnement et qui ont des incidences sonores dans leur voisinage.

Prestataires

Les experts de **Modyva**.

Infos pratiques

Lieu : au sein de l'entreprise.
Durée : 1 à 20 jours (selon la complexité de l'entreprise).

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

REF. mod_20/S/902 — Prix à la demande

9. Leadership - Management

Formation

Comment gérer les changements au sein des équipes

Il y a des individus qui font que les choses se passent, il y des individus qui voient que les choses se passent, il y a des individus… qui se demandent ce qui s'est passé.

Objectifs

Tout se transforme constamment dans la nature. Pourtant, le changement omniprésent et inévitable dans ce monde est souvent mal vécu au sein des organisations.

Nous inviterons les participants à devenir des acteurs participatifs et résilients, conscients de la richesse d'être ouvert au changement.

Nous aborderons durant ce module essentiellement l'aspect humain associé au «change management».

- **La prise de conscience de son propre fonctionnement, en particulier face au changement, sommes-nous résistants ou résilients ?**
- **Comment comprendre le mode de fonctionnement des autres afin d'amener une dynamique positive et constructive au sein d'une équipe ?**
- **Comment créer un environnement participatif propice à une communication authentique ?**
- **Comment faire adhérer un maximum de collaborateurs au processus de changement ?**

Contenu

L'atelier se composera principalement d'exploration de cas très concrets, d'analyses de situations vécues par les participants dans leur milieu professionnel et d'exercices pratiques qui seront mis en perspective, d'apports théoriques, de grilles de lecture et d'outils concrets.

En fonction de ceux-ci, nous proposerons l'un ou l'autre de ces outils :

- identifier et comprendre son mode de fonctionnement et celui des autres, les forces et les faiblesses face au changement (modèle des styles sociaux, valeurs individuelles et organisationnelles, …) ;
- identifier les peurs et les résistances face au changement, les comportements inhérents face à ces peurs et les pistes pour les traverser ;
- apprendre à reconnaître et à gérer ses émotions et celles des autres ;
- utiliser des processus d'intelligence collective (STOP/KEEP/START, SWOT, …), peer coaching ;
- développer une communication efficace, transmettre des outils de coaching afin d'inspirer les collaborateurs à passer d'un mode «spectateur» à un mode «acteur».

Pour qui ?

Pour chaque individu impliqué dans le «change management» dans une organisation, et en particulier les dirigeants, les responsables de projets et d'équipes, les collaborateurs en ressources humaines.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/081 — Prix à la demande

Formation

Le leader participatif – «La force du lien»

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

Objectifs

Paternalisme, hyper protection des collaborateurs, autoritarisme, imposition des directives sans possibilité de réaction, culture du «chef», … Bien qu'ils soient indiqués comme dépassés dans toutes les études actuelles sur le people management, ces modes de direction ont la vie dure aussi bien parmi la hiérarchie que dans les équipes.
Résultats: beaucoup de contrôle et d'immobilisme, peu d'initiatives ou d'innovation. Cet atelier propose de renverser la vapeur. Il s'agira d'examiner comment retrouver la juste position du manager… et du collaborateur. Dans ce processus, ce qui ouvre au succès et qui fait la performance d'une équipe, au-delà de la compétence individuelle, de la technicité, des objectifs financiers, de la position hiérarchique, … c'est le lien, la qualité de la relation.
La clé du succès d'une équipe sera d'arriver à développer :

- **des liens forts qui perdurent au-delà des obstacles inévitables ;**
- **le plaisir de travailler ensemble à des buts communs ambitieux ;**
- **un climat où les dissensions sont transformées en ressources et les différences en complémentarités.**

Contenu

En nous inspirant notamment des modèles de Will Schutz et de Patrick Lencioni, les participants découvriront des clés pour fortifier une dynamique de groupe, pour que chacun puisse apporter son plein potentiel en toute autonomie.
Au moyen de différentes grilles de lecture, ils pourront poser le diagnostic actuel de leurs équipes et identifier les dimensions sur lesquelles ils pourront intervenir pour, dès aujourd'hui, développer et optimaliser la performance de leur team.

Les principaux thèmes abordés sont :

- la position de manager, un des rôles clé de l'entreprise, mais pas le seul ;
- créer un espace de leadership participatif ;
- inviter les collaborateurs à agir en adulte responsable, à prendre des initiatives ;
- déléguer les responsabilités qui peuvent l'être et en assurer un suivi ;
- processus de prise de décisions en mode collaboratif ;
- processus d'intelligence collective.

Pour qui ?

Toute personne qui souhaite établir dans son équipe un leadership participatif et devenir un manager inspirant, un coach plutôt qu'un «chef».

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/082 — **Prix à la demande**

Formation

Le leader enthousiaste – «Raviver le feu»

«L'enthousiasme est à la base de tout progrès.»
Henry Ford

Objectifs

Déception, perte de sens ou de confiance, sentiment d'impuissance, … Que faire lorsque les «je ne veux plus», «je n'ose plus» ou «je n'y crois plus» se multiplient ?

Lorsque l'attitude démissionnaire prend le dessus ? Comment (re) trouver son enthousiasme et susciter celui de ses collaborateurs ? A l'issue de ce parcours, les participants auront pu :

- **se reconnecter à leur motivation professionnelle et à leur source d'inspiration ;**
- **développer la confiance nécessaire à la poursuite de leurs objectifs ;**
- **identifier les stratégies que chacun peut mettre en place pour éteindre «son feu» (plaintes, peurs, résignation, ambitions non réalisées, …)**

Ils apprendront et maîtriseront des techniques pour maintenir le «feu» vivant chez soi et chez les autres (dans son équipe), pour ouvrir des espaces d'innovation et de créativité dans leur quotidien et par conséquent d'éviter les pièges du burnout ou du bore-out.

Contenu

Dans ce parcours, nous irons re-visiter les concepts de Bateson, Herzberg, Maslow, … pour les faire vivre dans le concret et la réalité des participants et dans le but d'aller rechercher :

- ce qui me connecte à ma motivation et ce qui peut couper mon élan ;
- ce qui fait sens et donne sens au travail que j'accomplis ;
- ce qui renforce la confiance en moi et en les autres.

Au cours de ce trajet, seront également utilisées des techniques créatives et métaphoriques, à côté d'exercices de respiration énergisante et autres activités insolites.

Pour qui ?

Cet atelier s'adresse à ceux qui souhaitent (re)trouver leur motivation profonde et l'art de la transmettre à son entourage.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/083 — **Prix à la demande**

Formation

Le leader audacieux – «Diriger avec ses tripes»

«Approchez vous du bord, dit-il ; -On ne peut pas, Maître, on a peur ; -Approchez-vous du bord, réitéra-t-il ; - On ne peut pas, Maître, on a peur ; - Approchez-vous du bord, fit-il encore. Ils vinrent. Il les poussa... Et ils volèrent...» Guillaume Apollinaire

Dans un monde exigeant, où la pression est mise sur les résultats et où le droit à l'erreur est quasi absent, prendre des décisions peut devenir un acte tellement lourd de conséquences potentielles (réelles ou imaginaires) que de vieilles peurs peuvent se réveiller à notre insu et générer des comportements indécis chez les collaborateurs de tous niveaux. Peur de déplaire, ou d'être dans la ligne de mire, ou de créer des conflits, ou de se tromper, … Doubles contraintes qui donnent l'impression qu'il n'y a aucune issue favorable, … tous ces facteurs créent un climat où on ne tranche pas, ou pas clairement, on ne communique pas les décisions, on remet sans cesse en cause les directions prises, …

Objectifs

Cet atelier propose aux équipes et à leurs leaders des techniques pour :
- **développer l'audace ;**
- **dépasser les peurs ;**
- **se connecter au pouvoir du choix et de la créativité.**

Oser la différence et créer un climat encourageant la prise de risque, où les collaborateurs ne craignent pas de prendre des décisions, quel que soit leur niveau de responsabilité.

Devenir des optimistes créatifs et contagieux.

Contenu

Via des méthodes issues de la psychologie énergétique et de l'intelligence collective (forum ouvert, stratégie Walt Disney, speed coaching, métaphores), mobiliser les énergies pour oser décider et innover.
- Développer la créativité, faire émerger la confiance et l'audace chez un individu ou une équipe.
- Détecter les peurs et les résistances pour se dépasser et s'engager.
- Appliquer des techniques innovantes et rapides pour combattre la résignation.
- Dépasser ses croyances limitantes et développer tout son potentiel de choix créatifs.
- Être mis dans un contexte inconnu, inhabituel, et être obligé de trouver des solutions.
- Sortir des sentiers battus pour se connecter à son pouvoir créatif et novateur pour pouvoir l'appliquer à son quotidien professionnel.
- Retrouver le sens de l'aventure, du jeu, de l'adrénaline et du stress positif en osant créer.

Pour qui ?

Pour tous ceux qui souhaitent vivre la puissance du choix, assumer pleinement leurs décisions et en assurer le succès dans l'organisation.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/084

Prix à la demande

Formation

Le leader ouvert – «Manager la diversité»

Génération Y, multi-culturalité, différences des genres, sensibilités linguistiques, non discrimination, … Face à ces défis, l'attitude du leader sera de développer la posture du mentor, pour lui et pour l'ensemble de ses collaborateurs, quels qu'ils soient.

Objectifs

Le temps où la place, le titre et la reconnaissance dans l'entreprise étaient liés à l'ancienneté est révolu.

Aujourd'hui, pour de nombreuses organisations l'heure est à la «méritocratie», qui s'axe surtout sur les réalisations du moment présent et fait fi d'autres critères.

Dans ce nouveau paradigme, il s'agira de voir :

- **comment le courant peut passer entre les différents acteurs professionnels aux horizons si multiples : sexe, âge, culture, vision politique, langue, classe sociale, … ?**
- **comment donner une place à chacun et s'enrichir de toutes ces différences ?**
- **comment dépasser les préjugés, les craintes, les frustrations qui peuvent conduire à l'intolérance et au rejet ?**

Contenu

Au travers de concepts pratiques basés sur les travaux d'Ofman, Schutz, Belbin, Ruiz, … , il s'agira de :

- créer et s'engager dans une dynamique de tolérance et d'ouverture ;
- sortir de nos liens de dépendance et contre-dépendance pour oser développer son autonomie dans l'inter-dépendance ;
- quitter le besoin d'avoir raison pour découvrir ce que l'autre a à m'apporter.

Ce contenu sera aussi ponctué de «rites de passage», de célébrations permettant d'honorer la diversité et de renforcer les liens de solidarité.

Pour qui ?

Pour tous ceux qui souhaitent avoir des pistes concrètes pour faire avancer l'organisation en capitalisant sur la transmission, le partage du savoir-faire et du savoir-être et l'optimisation des complémentarités.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/085 — Prix à la demande

Formation

Le leader authentique – «Oser dire»

Il n'y a pas de bruit plus assourdissant que celui des non-dits…

Objectifs

Combien de projets bloqués parce que certains ne se parlent que pour le strict minimum ? Combien d'objectifs non atteints parce que le climat est à la compétition plutôt qu'à la collaboration ? Combien de réunions stériles parce que personne n'ose aborder les sujets qui fâchent, ou bien parce que ceux qui le font, le font de façon destructrice ? Combien de personnes démotivées par les rumeurs et les secrets de polichinelle ?
Cet atelier vous invite à découvrir les mécanismes qui bloquent la communication ouverte et les conséquences de cette fermeture au dialogue authentique.
Il propose aux participants des moyens concrets d'instaurer une culture de feedback et de… «feed forward» ! Nous y verrons comment installer le climat qui permet les échanges d'idées, les débats contradictoires, les conflits constructifs.
Renforcer une culture d'entreprise où les feedback, aussi bien positifs que négatifs, sont vus comme des opportunités d'apprentissage et d'évolution. Où chacun se sent libre de s'exprimer, quel que soit son niveau de responsabilité, sans s'exposer au jugement ou à des sanctions. Où les problèmes, y compris relationnels, sont abordés ouvertement, avec les personnes concernées.

Contenu

Au-delà des apports théoriques de grilles de lecture et d'outils concrets, l'atelier se composera principalement d'analyses de situations vécues par les participants dans leur milieu professionnel et d'exercices pratiques (entre autre constellations systémiques et exercices psychocorporels).

Inspirés par les travaux de M. Rosenberg, B. Hellinger, E. Berne et S. Karpman, M. Ruiz, W. Shutz ou L. Bourbeau, nous nous pencherons sur les thèmes :

- les avantages à ne pas dire et les inconvénients à dire ;
- les 5 grandes peurs qui nous empêchent d'être pleinement authentiques ;
- transparence ou authenticité sélective : faut-il tout se dire ?
- l'écoute généreuse et la confrontation bienveillante ;
- les liens entre l'authenticité, la confiance en soi et la vulnérabilité.

Pour qui ?

Cet atelier s'adresse aux leaders qui souhaitent instaurer ou renforcer une culture de feedback positive dans leurs équipes.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/086

Prix à la demande

Formation – Manager coach

Les bases du coaching managérial et relationnel

Un collaborateur bien outillé est le meilleur atout pour garantir le bien-être et la performance de l'organisation.

Objectifs

Cette formation globale apporte aux participants des outils relationnels. Ces outils permettront d'adopter la posture adéquate pour susciter l'adhésion dans des projets communs. Un personnel «bien dans sa peau» en accord avec la vision de l'organisation et en accord avec ses aspirations personnelles les plus profondes est la base de l'équilibre et de la réussite personnelle et collective.
Il s'agit de changer réellement et durablement les comportements et attitudes des responsables d'équipe en les sensibilisant à l'utilité de la «double casquette» de «chef» et de coach en fonction des situations vécues sur le terrain. Cette attitude permet d'éviter le risque d'être vecteur du burnout dans son équipe et à la fois d'avoir la capacité d'en repérer les premiers signes parmi ses collaborateurs.

Contenu

Les participants, issus de diverses organisations (ou pas) auront l'occasion de progresser entre pairs. Ils pourront, au travers de la formation et du «coaching individuel en groupe» (ou peer coaching), travailler leurs objectifs en bénéficiant de la puissance et de la force du groupe.

Chacun des participants aborde un objectif de développement professionnel qui est - au fur et à mesure du trajet - redéfini, mis en chemin.

Trois axes principaux sont explorés durant ce trajet :

- oser re-trouver sa puissance de choix : il s'agira de découvrir son propre mode de fonctionnement : comment réagissons-nous ? Quels sont les schémas de pensée qui nous guident inconsciemment ? Comment adopter une position de recul par rapport à une situation donnée pour sortir des schémas récurrents ?
- la culture du feedback : le participant découvrira concrètement ses modes de communication, se permettra de dépasser ses peurs (de déplaire, de renoncer, de se tromper, …) pour permettre le dialogue et la controverse tout en évitant les conflits toxiques ;
- le B.A.-BA du coaching : grâce aux outils acquis lors des premiers jours, le participant découvre le processus de base du coaching : comment définir notre objectif, quelles sont les conditions de sa bonne formulation de manière à le rendre applicable, concret, réalisable. Quelle est la réalité, quelles sont les ressources et les freins, quelles sont les options possibles et quel plan d'action mettre en place, …

Pour qui ?

Toute entreprise ou organisation qui souhaite faire grandir de manière durable la performance managériale de ses collaborateurs et de ses équipes en favorisant l'autonomie et la responsabilisation : équipe de direction, cadres, managers, chefs de projets, forces de vente, contremaîtres, …

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 6 jours.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. La formation est donnée également dans nos locaux sur base d'inscription individuelle (formation inter-entreprise/association).
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/087 — Prix à la demande

Formation

Les bases de la communication : parler avec ses oreilles

Il n'y a en effet pas de communication efficace sans relation saine. Relation avec les autres et relation à soi.
Ce que vous dites ou omettez de dire, ce que vous faites ou laissez tomber est interprété par les autres autour de vous.
Vous communiquez, que vous le vouliez ou non.

Objectifs

- **Découvrez comment et sur quelles bases les gens communiquent.**
- **Développez vos propres aptitudes pour transmettre votre message le plus précisément et efficacement possible.**
- **Apprenez les différences entre subjectivité et objectivité.**

Contenu

La méthodologie du **BAO Group** trouve son origine dans divers champs de connaissance (PNL, AT, systémique, neurosciences, la communication non-violente, …).

Notre approche se concentre sur les expériences de votre pratique quotidienne et donc directement applicable à votre réalité.

- L'écoute active, un incontournable.
- Manier avec aisance et en conscience le para-verbal.
- Déterminer l'objectivité et la perception «subjective».
- Reformuler pour s'assurer de l'exactitude du message.
- Comment gagner du temps en échangeant de l'information pertinente ?
- L'art du questionnement.
- Comment entrer dans le monde de votre interlocuteur ou montrer de l'empathie ?
- Communiquer pour se faire comprendre tout en respectant l'autre ?

Pour qui ?

Toute personne qui veut faire passer avec succès un message.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/088

Prix à la demande

Formation

Prendre la parole en public : revenez à vous !

Le cauchemar personnel d'un orateur peut prendre de multiples formes. Apprenez à vous débarrasser de ces petites voix malicieuses et à prendre la parole en public avec enthousiasme et passion.

Objectifs

- **Tenez-vous avec enthousiasme devant votre public !**
- **Créez un lien avec lui, mettez une ambiance chaleureuse et prenez plaisir à vous exprimer dans ce contexte.**
- **Vous recevrez, pendant cette formation pratique, un savoir-faire concret et des conseils (via un feedback individualisé) applicables immédiatement.**

Contenu

Nous irons puiser dans différents champs de connaissance : PNL, AT, systémique, neurosciences via des exercices pratiques liés à votre réalité.

- La préparation : votre public, votre contenu, votre non verbal.
- Du stress à la fluidité quand vous êtes face à votre public : optimiser vos forces connues et méconnues.
- Jouer avec la respiration.
- Le pouvoir de votre voix : intonation, rythme et volume.
- Le contact avec votre public, jouer avec les silences.
- Les «à faire / à ne pas faire» du non verbal.
- Apprendre à s'adapter à des publics différents et comment gérer des participants «difficiles».
- Les secrets d'une présentation visuelle.
- 10 règles d'or pour construire une histoire passionnante et structurée.

Pour qui ?

Toute personne qui a l'occasion de parler à un groupe. Du manager qui s'adresse à son équipe à la personne qui donne une conférence.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/089

Prix à la demande

Formation

Les bases du leadership : un acte d'humilité

«Être un exemple pour les autres n'est pas la principale manière d'influencer les autres, c'est la seule manière.»
Albert Einstein

Le leader-né, ça existe ? Si c'est le cas, cela ne concerne qu'un petit nombre d'élus.
Pas de souci : mener et motiver, ça s'apprend.

Objectifs

En temps que manager, chef de division ou responsable, vous souhaitez faire bouger les autres et vous recherchez le fonctionnement optimal de votre équipe. Très vite vous réalisez que guider tout le monde de la même manière ne porte pas ses fruits, ne fournit pas les mêmes résultats.

Capitaine ou entraîneur ? ... ou un équilibre juste entre les deux, vous choisissez votre style de leadership et vous pouvez sans difficulté l'accorder à vos collaborateurs.

Votre propre style de communication devient alors une clé pour mieux atteindre les objectifs ensemble.

Contenu

- Quelle est la différence entre management et leadership ?
- Avoir différents styles de leadership adaptés aux membres de l'équipe et à leurs tâches spécifiques.
- Leadership : «*it's not about you, it's about them*».
- Mettez-vous au travail avec vos qualités personnelles, vos pièges et points d'attention en tant que leader.
- Comment donner de la puissance/du pouvoir à votre vision ?
- Comment s'y prendre avec les personnes en résistance, non-collaborantes, critiques ?
- Comment accompagner vos collaborateurs à déployer leur plein potentiel ?
- Comment parvenir à une collaboration efficace et créer un esprit d'équipe fort ?
- Comment mesurer l'impact réel de vos actions et responsabilités ?
- Comment stimuler créativité et prise d'initiative dans votre équipe ?

Pour qui ?

Toute personne qui a une fonction de leader, qui dirige une équipe ou un projet. En outre, toute personne qui veut donner une impulsion à sa carrière trouvera de l'inspiration dans cette formation concrète et pratique.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/810

Prix à la demande

Formation

Le leader «mindful» – Devenir un leader plus efficace

Pour sortir du mode «pilote automatique» dans lequel nous fonctionnons trop souvent … la «Mindfulness», appelée également Pleine Conscience. Ou, comment devenir un leader plus efficace ?

Objectifs

La pleine conscience, c'est apprendre à être présent, vraiment présent à ce que l'on vit. Elle nous aide à calmer nos esprits bouillonnants, nos questions incessantes, nos inquiétudes, nos constructions anxieuses du futur.
Beaucoup de leaders mettent leur attention sur la vision et la stratégie, mais il est tout aussi important d'apprendre à être plus conscient de ce qui se passe dans l'instant, comprendre nos émotions, appliquer une approche calme et réfléchie face aux situations qui peuvent être stressantes.
La pleine conscience permet de développer l'intelligence émotionnelle et relationnelle, de mieux gérer le stress et de prendre de meilleures décisions (en conscience plutôt qu'en réaction).
L'intégration de l'émotionnel et du rationnel est la clé d'un management performant. Être dans l'instant présent permet de voir des opportunités à saisir, de développer une plus grande créativité et un leadership plus efficace.
De nombreuses études scientifiques ont démontré que pratiquer la pleine conscience augmente les capacités de résistance au stress et au burnout.
Grâce à cette formation, vous pourrez commencer à intégrer la «Mindfulness» dans votre vie quotidienne.

Contenu

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

Les participants expérimenteront la «Mindfulness» via :

- un peu de support théorique ;
- de la pratique de méditation guidée en pleine conscience, dans différentes positions (assis, couché, en marchant, en pratiquant le yoga, …) ;
- des exercices simples de mouvement en pleine conscience ;
- des discussions de groupe pour progresser dans la pratique ;
- des exercices spécifiques pour devenir un leader «mindful» ;
- des expériences pour gérer mieux le stress, prendre du recul, faire des choix plus conscients ;
- l'apprentissage de session à faire de façon individuelle, chez soi et/ou dans son cadre professionnel.

Pour qui ?

Tout le monde, particulièrement pour les personnes exerçant un leadership.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 4 x 1 demi-journée.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Tenue décontractée, tapis de sol à apporter, coussin de méditation facultatif.

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

REF. bao_20/F/811 — Prix à la demande

Formation

Comment gérer les conflits et l'agressivité ?

Que ce soit parmi nos collaborateurs, nos collègues, notre direction, nos clients, nos fournisseurs, il nous arrive parfois de devoir composer avec des individus dont le comportement est agressif ou conflictuel.

Objectifs

Cet atelier s'attache à comprendre l'origine et la signification des comportements dysfonctionnels pour trouver comment les aborder de façon sereine et efficace et obtenir le niveau de collaboration souhaité.

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

Contenu

Nous travaillerons toujours à partir de cas concrets apportés par les participants, de situations vécues dans leur milieu professionnel.

Pour déjouer ces difficultés, plusieurs outils seront proposés, issus de la Programmation Neuro-Linguistique (PNL), de l'Analyse Transactionnelle (AT) et de la Communication Non Violente (CNV). Ils nous aideront à :

- comprendre les motivations profondes des personnes et trouver des façons d'y répondre, ou de les recadrer ;
- trouver l'intention positive qui se cache derrière les comportements inadéquats ;
- comprendre les mécanismes de défense, et les déjouer lorsqu'ils sont inadaptés ;
- gérer les tensions et les conflits générés par ces comportements ;
- développer son assertivité ;
- sortir de relations toxiques.

Pour qui ?

Pour toute personne qui est amenée à collaborer ou a être en contact avec des personnes qui sont dans des situations de tension, de conflit, de frustration, … et qui font face à des comportements agressifs.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/812

Prix à la demande

Formation

L'Emotional Freedom Technique (EFT)

Journée d'introduction à l'EFT (Emotional Freedom Technique)
«N'oublions pas que les petites émotions sont les grands capitaines de nos vies et qu'à celles-ci nous obéissons sans le savoir»
V. Van Gogh

Objectifs

Permettre à chacun d'amener dans son quotidien quelques outils qui lui permettront de vivre ses émotions plus sereinement.
Comprendre à quel moment ce merveilleux outil qu'est notre cerveau nous trompe alors qu'il pense nous protéger et nous défendre. L'EFT est une technique issue de la Psychologie Energétique, courant innovant de la psychologie moderne, axée sur l'harmonisation corps-esprit et soutenue par une approche scientifique. En jouant sur la circulation de l'énergie dans le corps, elle nous permet de désancrer les messages que notre inconscient a stockés au fil de notre expérience de vie, de déconditionner les comportements dont nous voulons nous débarrasser et de surmonter les émotions qui nous parasitent.
L'Emotional Freedom Technique (ou EFT) vous permettra de passer du mode spectateur/victime au mode acteur dans la gestion des émotions.
La démarche prône l'autonomie et après cette journée d'initiation, chacun pourra utiliser la technique par et pour lui-même quand il en éprouve le besoin.

Contenu

Cet atelier se veut pratique, concret et pragmatique.

Après une courte introduction théorique, l'accent sera principalement mis sur l'exploration de cas réels, d'analyse et de traitement par l'EFT de situations vécues par les participants.

Nous aborderons entre autres :

- comprendre le mécanisme de déclenchement des émotions et du stress ;
- apprendre à reconnaître et à gérer ses émotions, les identifier et prendre conscience de leur impact physiologique ;
- lien entre l'apparition des émotions difficiles et les perturbations du système énergétique ;
- bref historique de l'EFT, les domaines d'application ;
- quand et comment utiliser l'EFT pour gérer le stress et les émotions ?

Pour qui ?

L'atelier est ouvert à tous ceux qui souhaitent comprendre et gérer mieux leurs émotions.
Par exemple, pour mieux vivre le stress, ou pouvoir «lâcher prise» dans leur vie quotidienne et dans leurs relations avec les autres, ou rester centrés et en pleine possession de tout leur potentiel même dans des circonstances difficiles, ou tout simplement ponctuer leur quotidien de plus de moments de sérénité !

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 1 jour.
Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/813 — Prix à la demande

PRODUCT
Sales Promoti
-61.41
-59.36
52%

Formation – Spécial enseignement

Développer son leadership et la coach attitude

Comme responsable dans le monde de l'enseignement, vous êtes continuellement appelé à faire des choix, à prendre des décisions qui peuvent avoir un impact sur les équipes et par conséquent parfois aussi sur les élèves.

Ces décisions, souvent prises le nez dans le guidon, souvent seul, dans l'urgence, ont parfois des impacts qui peuvent être très négatifs pour les équipes. Apparaissent dès lors les frustrations, la démotivation, l'absentéisme, … parfois le burnout.

Pour ne pas en arriver là, pour anticiper, pour faire les «justes» choix, nous vous proposons un trajet vous permettant de faire un état des lieux et d'acquérir certains outils. Ceux-ci permettront d'adopter la posture adéquate pour mobiliser les équipes et susciter l'adhésion de projets communs.

Objectifs

Les participants, issus de diverses institutions, s'inscrivent à ce programme de 6 journées dans le but de progresser entre pairs.

Ils pourront, au travers d'une formation performante et du «coaching individuel en groupe», travailler leurs objectifs de développement personnel et relationnel en bénéficiant de la puissance et de la force du groupe.

Contenu

Trois axes principaux sont explorés durant ces 6 jours.

Oser re-trouver sa puissance de choix
Il s'agira de découvrir son propre mode de fonctionnement : comment réagissons nous ? Quels sont les schémas de pensée qui nous guident inconsciemment ? Comment adopter une position de recul par rapport à une situation donnée pour sortir des schémas récurrents ?

La culture du Feed Back
Le participant découvrira concrètement ses modes de communication et ceux des autres, se permettra de dépasser ses inquiétudes (de dire les choses, de déplaire, de renoncer, de se tromper, …) pour permettre le dialogue et la controverse sans tomber dans l'adversité.

Le B.A. – BA du coaching
Grâce aux outils acquis lors des premiers jours, le participant découvre le processus de base du coaching : comment définir un objectif, quelles sont les conditions de sa bonne formulation de manière à le rendre applicable, concret, réalisable. Quelle est la réalité ? Quelles sont les ressources et les freins ? Quelles sont les options possibles et quel plan d'action mettre en place ?

Méthode utilisée

Basée sur le vécu, sur les situations réelles rencontrées sur le terrain (pas de jeux de rôle).

La théorie représente 30% environ du temps.

- Les coachs-formateurs utilisent et enseignent des outils issus de disciplines variées : l'intelligence émotionnelle et collective, l'analyse transactionnelle, la programmation neurolinguistique, les neurosciences, la psychologie positive, …
- Notre approche de coach nous amène à travailler non seulement sur le niveau des capacités (savoir-faire), mais aussi et surtout sur les facteurs conscients et inconscients qui freinent, voire empêchent l'individu de progresser dans l'atteinte des objectifs (savoir-être).
- Appropriation d'outils concrets et directement applicables.
- Initiation au peercoaching. Technique de coaching individuel en groupe.

Contenus (entre autres, …)

- La communication non violente.
- Gérer l'impact des situations sur lesquelles on n'a pas le contrôle.
- Les «drivers», outil d'analyse transactionnelle, permettant une prise de conscience sur des modes de fonctionnement inconscients.
- Outils pour retrouver l'équilibre personnel.
- La gestion des tensions/conflits à tous les niveaux de l'institution (équipes, parents, inspection, …).
- Initiation à des outils de gestion du stress.
- Base d'un processus de coaching.
- Grille de lecture sur son propre mode de fonctionnement et celui des autres.

Pour qui ?

Parcours pour directeurs, directeurs-adjoints et tous les responsables du monde de l'enseignement qui souhaitent motiver de façon durable leurs personnel dans un monde complexe qui n'arrête pas de changer.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 6 jours (6 x 1 jour).

Lieu : Le Bouche à Oreille, Bruxelles (accès facile par métro/bus et parking gratuit au Cinquantenaire).
Un syllabus électronique sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/814

Prix à la demande

Formation

Leader of 2morrow

«La connexion est la clé de l'engagement, et les équipes engagées sont plus performantes dans un monde en transition.»

Objectifs

Si vous vous trouvez dans une position de leader, une partie de votre responsabilité est de créer pour vous et vos équipes un environnement privilégiant la connexion et les relations de confiance, la capacité de faire face aux multiples transitions avec agilité et résilience, car un leadership durable est un leadership qui prend soin des relations.

Cette formation propose des approches novatrices et concrètes pour répondre à ce défit et créer l'engagement.

Contenu

«Leader of 2morrow» est plus qu'une formation c'est une expérience à vivre entre leaders.

Dans ce programme avancé nous abordons les thèmes suivants :

- alignement personnel, qui suis-je en tant que leader ?, ce que je souhaite incarner ?
- authenticité et vulnérabilité comme force et singularité d'un leader courageux ;
- connexion et communication efficace comme outils d'engagement et de relations saines ;
- résilience et agilité comme capacité indispensable pour gérer les transitions ;

Notre pédagogique allie la transmission de modèles inspirés de Brenée Brown, Boris Cyrulnic, E.Kluber Ross, Christophe Fauré, Alain Seale, …. avec des mises en pratique et des processus d'intelligence collective, des approches systémiques.

Pour qui ?

Toute personne qui veut renforcer son leadership et utiliser le plein potentiel de son équipe face aux challenges que les organisations doivent relever de nos jours.

Prérecquis : avoir suivi la formation Manager Coach ou une formation équivalente.

Formateur

La formation est dispensée par des coaches seniors certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 3 modules de 2 jours.

Lieu : la formation peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans les notres. Pour cette formation, nous recommandons néanmoins qu'elle puisse se passer dans son entièreté ou partiellement en résidentiel. Un syllabus sera mis à disposition des participants.

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

REF. bao_20/F/815

Prix à la demande

Formation – Insights Discovery®

Les bases

«Insights Discovery®» est un modèle comportemental internationalement reconnu, utilisé par plus de 4 millions de personnes dans le monde, basé sur une meilleure connaissance de soi et des autres.
Le système Insights n'est pas un test de personnalité et ne vise surtout pas à «mettre les gens dans des cases» mais il vous aidera, par une meilleure compréhension de vous-même et de ceux qui vous entourent, à améliorer votre communication avec les autres, en prenant conscience de vos préférences comportementales et de votre logique de fonctionnement personnel. Il vous permettra ainsi d'adapter au mieux votre transversalité avec votre environnement professionnel et toutes autres relations.

Objectifs

Chaque personne se voit attribuer un «Profil Personnel Insights Discovery®» unique et détaillé, qui sera le document de référence.

En utilisant les profils comme point de départ, nous travaillons avec vos collaborateurs, équipes et leaders sur les défis qu'ils doivent relever pour accroître leur performance dans les domaines de la communication efficace, des styles de management, de la performance de ventes et trouver leur environnement idéal de travail.

Contenu

Cet outil basé sur la psychologie de Carl Jung, est conçu pour aider les individus à avoir une bonne connaissance de soi, à comprendre les autres et à optimiser leurs relations professionnelles.
La méthodologie «Insights Discovery®» utilise un modèle simple et facile à mémoriser de quatre couleurs afin d'aider les personnes à comprendre leur propre style, leurs forces et la valeur qu'ils apportent à l'équipe. Nous appelons cela les énergies de couleur.

Les principaux chapitres du «Profil personnel Insights Discovery®» incluent :

- forces, faiblesses et valeur pour l'équipe ;
- management : comment vous aimez diriger et être diriger ?
- style de communication ;
- efficacité commerciale ;
- environnement idéal de travail.

Pour qui ?

«Insights Discovery®» est destiné à toute personne qui travaille en relation avec d'autres quelque soit son niveau dans la structure.

Formateur

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

Le **BAO Group** dispose des ressources nécessaires pour utiliser les outils Insights sous licence.

Infos pratiques

Durée : 1 jour.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Chaque participant reçoit son «Profil Insights Discovery®».

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

REF. bao_20/F/816

Prix à la demande

Formation – Insights Discovery®

Les relations interpersonnelles et stress&time management

Le système Insights est un modèle comportemental internationalement reconnu, utilisé par plus de 4 millions de personnes il aide, par une meilleure compréhension de soi et des autres, à améliorer la cohésion, la communication et les relations en prenant conscience des logiques de fonctionnement. Il permet d'adapter au mieux votre transversalité avec votre environnement professionnel et toutes autres relations.
Le programme «Insights Discovery® - Les relations interpersonnelles» vise à mettre en lumière les préférences des équipes. La façon dont les membres d'une équipe travaillent ensemble, et la façon dont cela s'aligne avec les préférences de travail de chacun, a un fort impact sur leur efficacité en tant que système.

Objectifs

Cette formation est personnalisée afin de vous aider à relever les défis majeurs de votre équipe sur deux axes : les préférences (comment les équipes aiment travailler ensemble ?) et les compétences (travaillent-elles efficacement ensemble ?).
Le programme «Insights Discovery® - Les relations interpersonnelles» pose un diagnostic et vous apporte également des outils pratiques et durables qui aideront vos équipes à collaborer efficacement sur long terme avec une attention particulière aux stress et au temps et ce, particulièrement pour les équipes :

- **nouvellement constituées ou ayant récemment fusionné ;**
- **qui manquent d'orientation, d'objectif ou de vision ;**
- **qui sont déjà efficaces et qui souhaitent devenir plus performantes ;**
- **au sein desquelles les problèmes interpersonnels sont une barrière à l'efficacité.**

Contenu

La construction du programme unit plusieurs solutions Insights, chaque membre d'équipe reçoit un «Profil Personnel Insights Discovery®» et complète également un questionnaire qui lui demande sa perception des capacités de l'équipe. Entre autre chose, nous observons comment les équipes communiquent, comment elles hiérarchisent les priorités, ce qui les motivent et les bloquent jusqu'à affecter leur performance.
On obtient ainsi le profil d'efficacité de l'équipe. Ensuite, grâce à une série d'outils et de discussions constructives, l'équipe peut découvrir comment les préférences individuelles et celles de l'équipe affectent leur dynamique d'équipe et la performance globale.
Nous abordons aussi la question du stress et de la relation au temps en fonction des profils et comment cela impacte la systémique de l'équipe.

Résultat ? Un plan d'action clair et concret qui aide l'équipe à atteindre ses objectifs plus rapidement.

Pour qui ?

La formation «Insights Discovery® - Les relations interpersonnelles» est destinée à toute personne qui travaille en relation avec d'autres quelque soit le niveau dans la structure.

Formateur

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

Le **BAO Group** dispose des ressources nécessaires pour utiliser les outils Insights® sous licence.

Infos pratiques

Durée : 1 jour. Il est nécessaire d'avoir suivi le module 1 «Insights® les bases, les 4 énergies de couleurs et le profil Discovery®».
Lieu : la formation peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.
Un profil personnalisé sera remis aux participants.

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

REF. bao_20/F/817 — Prix à la demande

Formation – Insights Discovery®

Leadership

Le système «Insights®» est un modèle comportemental internationalement reconnu. Par une meilleure compréhension de soi et des autres, il permet d'améliorer les relations en prenant conscience des systèmes de fonctionnement comportementaux tant en individuel qu'en groupe. Ce module axé sur le leadership permet d'étudier comment vos leaders préfèrent travailler, dans quels domaines ils sont les plus compétents et les mesures qu'ils peuvent prendre pour faire progresser les compétences en gestion d'équipe. Ce module permet d'améliorer la compétence de leadership à différents niveaux : des chefs d'équipes aux membres du comité de direction. Nous proposons des outils pratiques qui aident les leaders à vraiment comprendre leurs forces en termes de leadership et comment ils peuvent utiliser ces forces pour améliorer la performance de toute l'organisation.

Objectifs

Ce module explore les différents aspects du leadership, avec une attention particulière portée sur les besoins spécifiques de votre organisation. Il intègre à la fois «Insights Discovery®», qui s'intéresse à la façon dont les gens préfèrent communiquer, travailler et prendre leurs décisions, et «Insights Discovery® - Les relations interpersonnelles», qui est utilisé pour évaluer les cultures de travail des équipes. Nous travaillons avec les leaders pour créer des stratégies individuelles de développement d'eux-mêmes, de leurs équipes et de leur entreprise afin de :

- **inspirer les collaborateurs ;**
- **créer une équipe diversifiée, motivée et focalisée sur ses objectifs ;**
- **adapter le style de leadership pour avoir un impact maximal ;**
- **influencer les parties prenantes de façon positive.**

Contenu

L'atelier de leadership que vous suivez sera adapté à vos besoins afin de vous proposer la meilleure solution : la plus pertinente pour vous.

Découverte de l'efficacité du leadership est notre programme principal de leadership ; il décrit la façon dont les managers préfèrent diriger leurs équipes.
Nous travaillerons avec vos leaders pour explorer leur style personnel de leadership et la portée de leur propre mode de fonctionnement.

Par l'apport d'outils pratiques, et éventuellement de sessions individuelles de coaching, nous encourageons vos leaders à évaluer leur efficacité dans les domaines suivants : résultats, vision, relationnel et leadership d'authenticité.

Pour qui ?

La formation «Insights Discovery® - Les relations interpersonnelles» est destinée à toute personne qui travaille en relation avec d'autres quelque soit le niveau dans la structure.

Formateur

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

Le **BAO Group** dispose des ressources nécessaires pour utiliser les outils Insights® sous licence.

Infos pratiques

Durée : 1 jour. Il est nécessaire d'avoir suivi le module 1 «Insights® les bases, les 4 énergies de couleurs et le profil Discovery®».
Lieu : la formation peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un syllabus sera mis à disposition des participants.
Un rapport personnalisé «Multiview» sera remis aux participants.

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

REF. bao_20/F/818

Prix à la demande

Formation – Insights Discovery®

Le processus de feed-back 360° avec Insights Multiview®

Le système Insights® est un modèle comportemental internationalement reconnu, qui permet d'améliorer la cohésion des équipes et les relations au travail en prenant conscience des logiques de fonctionnement de ces différents membres.

«Multiview Insights Discovery®» est un outil performant et unique qui vous offre sous une forme positive et sécurisante une vision à 360 degrés via des feedbacks personnels. «Multiview Insights Discovery®» montre avec bienveillance comment les membres d'une équipe se voient entre eux et les répercussions que cela a sur l'équipe, et permet de mettre en place des plans d'action afin d'améliorer les relations dans une vision positive et constructive.

Objectifs

«Multiview Insights Discovery®» transforme les feedbacks parfois difficiles à entendre en actions positives ce qui améliore les relations dans l'équipe, augmente la communication, développe la collaboration et aide chaque personne à devenir aussi efficace et épanouie qu'elle puisse l'être.

Si vous, votre équipe ou votre organisation voulez bénéficier de relations de travail plus fluides alors ce module unique de feedback comportemental est celui qui vous permettra de :

- **faire progresser votre connaissance de soi et des autres ;**
- **tirer parti de toutes les relations que vous entretenez au travail ;**
- **découvrir comment les collaborateurs se voient, dans un environnement honnête et sécurisant.**

Contenu

Chaque personne a conscience que l'image qu'elle a d'elle-même n'est pas toujours celle qu'elle projette. Même dans les relations les plus efficaces, certains feedbacks sont parfois passés sous silence par crainte. «Multiview Insights Discovery®» est basé sur les mêmes principes qu'«Insights Discovery®» mais il va plus loin en permettant de découvrir comment les collaborateurs se percoivent. Vous utilisez votre profil «Insights Discovery®», puis le groupe de commentateurs (par exemple les collègues, les collaborateurs, …) que vous avez sélectionné est invité à compléter un rapide outil de mesure «Multiview Insights Discovery®» à votre sujet. Nous utiliserons ensuite le profil «Multiview Insights Discovery®» dans des mises en pratiques lors d'un atelier. Le profil inclut une multitude d'informations, ce qui peut susciter d'authentiques conversations sur la façon dont les autres vous perçoivent au travail, les raisons d'éventuels décalages et les pistes pour vous améliorer.

Pour qui ?

Ce module est destiné à toute personne qui travaille en relation avec d'autres quelque soit le niveau dans la structure.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.
Le **BAO Group** dispose des ressources nécessaires pour utiliser les outils Insights® sous licence.

Infos pratiques

Durée : 1 jour d'atelier + 2 demi-jours de préparation et présentation.
Il est nécessaire d'avoir suivi le module 1 «Insights® les bases, les 4 énergies de couleurs et le profil Discovery®».
Lieu : la formation peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux. Un syllabus sera mis à disposition des participants.
Un rapport personnalisé «Multiview» sera remis aux participants.

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

REF. bao_20/F/819

Prix à la demande

Formation

Intervention en cas de difficultés relationnelles (individuel, équipe, CODIR)

Intervention en cas de problèmes interpersonnels (au niveau de l'individu, de l'équipe, du Comité exécutif).
Il arrive... que l'on ne puisse plus travailler ensemble, mais que l'on soit prêt à agir pour collaborer à nouveau dans un climat favorable.

Objectifs

Dans le cadre de ce coaching curatif, on tente de rétablir la confiance.

On laisse les émotions s'exprimer et l'on reconnaît les besoins, afin de travailler petit à petit sur de nouvelles bases (à nouveau) propices au développement d'une collaboration saine.

Au terme du trajet, des accords peuvent être conclus en vue d'une collaboration future fructueuse et les participants disposent d'outils permettant de prévenir de telles tensions à l'avenir.

Contenu

Le contenu dépend de ce qui se passe et du besoin de chaque personne concernée en vue de retrouver la confiance afin de collaborer efficacement.

Phase 1 : intake
Chaque participant passe un entretien d'intake. Le contenu de l'entretien d'intake reste confidentiel. L'objectif de cet entretien est double : d'une part, établir une relation entre le coach et chaque personne impliquée et, d'autre part, obtenir une vision claire des besoins et exigences de chacun.

Phase 2 : intervention
L'intervention commence peu de temps après l'intake, sous forme d'accompagnement élaboré sur mesure. Cet accompagnement prend en moyenne 3 à 4 jours. Tout dépend de la thématique, de la gravité du conflit et du degré d'implication de chaque personne impliquée dans la recherche d'un résultat favorable.

Pour qui ?

Toute personne impliquée dans une situation où les relations sont tendues. On perçoit un certain malaise et l'on cherche à accroître le bien-être de toutes les parties concernées. Le travail pourra ainsi reprendre sur une base solide.
Cette intervention peut avoir lieu à tous les niveaux de l'organisation.

Formateur

Ce trajet est supervisé par un senior coach expérimenté du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 3 à 4 jours
Lieu : il est important que ce trajet se déroule dans un endroit où les participants se sentent libres d'exprimer leurs émotions. Souvent, le lieu de travail n'y est pas propice.

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

REF. bao_20/F/820

Prix à la demande

Formation

Comment manager avec l'inspiration des accords toltèques ?

«Agir, c'est être vivant. C'est prendre le risque de sortir de votre coquille et d'exprimer votre rêve.»
Don Miguel Ruiz

Objectifs

Face aux challenges que les leaders d'aujourd'hui doivent relever au sein de leurs organisations, garder calme, entrain et liberté n'est pas chose aisée. Cet atelier vous propose d'accéder à plus de sérénité, et ainsi à plus de performance au travail, en s'inspirant de principes simples, issus de la sagesse ancestrale des peuples d'Amérique centrale : les 5 accords toltèques.
Nous (re)découvrirons leur signification profonde et l'impact qu'ils peuvent avoir dans nos vies professionnelles (et bien sûr aussi privées). Nous explorerons également comment briser les conditionnements et croyances que nous avons développés depuis notre enfance et comment contrôler nos projections personnelles, afin d'être dans une relation plus harmonieuse avec nous-mêmes et aussi avec les autres. Pour vous accompagner à l'intégration de ces principes, nous vous proposons d'utiliser les éléments de votre vie professionnelle et de les revisiter comme des «apprentis toltèques». Notre intention est que vous repartiez avec des outils pratiques, qui vous permettront de mieux gérer vos équipes, vos projets, vos relations, … de vivre plus libre et plus heureux, dans la «toltè-quiétude».
Les accords toltèques prendront ensuite dans votre vie professionnelle la place que vous souhaiterez qu'ils aient : une philosophie parmi d'autres, un mode de vie, un code de conduite, … Quoi qu'il en soit, ils proposent une autre façon d'envisager la posture de manager. Cette approche multimillénaire trouve tout à fait sa place dans notre monde contemporain !

Contenu

L'atelier se composera principalement d'analyses de situations vécues par les participants dans leur milieu professionnel et d'exercices pratiques qui seront mis en perspective d'apports théoriques, de grilles de lecture et d'outils concrets.

Parmi ceux-ci :

- origines de la philosophie toltèque et aperçu de la voie toltèque ;
- les conditionnements, les contrats tacites, les croyances limitantes du manager ;
- les 5 accords : révision et appropriation ;
- application à des situations de management rencontrées par les participants ;
- intégration dans un vision board personnel.

Pour qui ?

Pour toute personne qui souhaite une source d'inspiration originale pour vivre au mieux sa position de leader.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, formés au coaching suivant la voie toltèque.

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

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

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

REF. bao_20/F/821 — **Prix à la demande**

Formation – Spécial enseignement

La respiration consciente dans la salle de classe

Techniques de respiration en pleine conscience pour réduire le stress et booster la vitalité pour les enseignants et les élèves.

Objectifs

Il est scientifiquement prouvé qu'avec le souffle, nous pouvons influencer directement notre système nerveux autonome et ainsi gérer les émotions.

Cet atelier actif consiste à l' apprentissage d'exercices de respiration simples. Avoir la capacité de mettre en place des pauses de respiration de quelques minutes ont un impact positif pour les enseignants : meilleure gestion de la classe, climat moins stressant, moins d'épuisement professionnel et donc d'absentéisme.
Ces mêmes outils arment les élèves pour faire face aux émotions intenses, avec pour effet plus de responsabilisation, d'autonomie, de résilience et d'équilibre. Un bon boost pour leur intelligence émotionnelle et la conscience de soi pour l'ensemble du système scolaire.

Contenu

Les participants disposeront d'une palette d'outils qu'ils pourront ensuite introduire lors d'un «temps de respiration» avec les élèves. Les sujets suivants sont abordés :

- défis et situations auxquels les écoliers sont confrontés, les sortes de stress, d'anxiété, d'intimidation, d'harcèlement, de concentration, de pression, de charge mentale, …
- changement de mentalité pour les enseignants et les élèves : stratégie STOP ;
- 4 exercices de respiration de base, chacune d'une nature différente, idéal pour un démarrage en toute sécurité avec le programme : pratique en duos ;
- pratique active des exercices de respiration spécifiques pour chaque âge et répertoire pratique. Chaque exercice se compose de 3 parties : (1) pour qui et/ou pour quel but, (2) élaboration pratique, (3) timing et temps de respiration ;
- guide référence rapide pour les enseignants ayant des situations difficiles avec des exercices de respiration simples et efficaces
- comment introduire un break de respiration consciente durant le temps scolaire ?
- sources et ressources pour les directions scolaires, les enseignants et les formateurs de ce programme.

Pour qui ?

Enseignants, personnel encadrant, titulaires de classe, mentors, superviseurs, coachs, membres de la direction, parents, pédagogues.

Formateur

La formation est dispensée par des trainer-coachs professionnels qui ont suivi une spécialisation auprès de l'International Breathwork Foundation, (reconnue par l'ECOSOC des Nations Unies).

Infos pratiques

Durée : un atelier de 3 heures.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Un manuel de 60 pages avec des dizaines d'exercices de respiration faciles à suivre, des conseils et des antécédents est fourni à chaque participant de façon électronique.

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

REF. bao_20/F/822

Prix à la demande

Formation

Coach interne

Le coach interne effectue le même travail que le coach externe, à la différence qu'il fait partie de l'organisation. Le coach interne contribue au développement du potentiel humain de l'organisation et accroît le bien-être des collaborateurs. Les coaches internes jouent souvent un rôle particulièrement important dans la gestion des changements survenant au sein de l'organisation.

Objectifs

Les participants à cette formation apprendront une série d'outils et de modèles de coaching qu'ils pourront ensuite utiliser en fonction du besoin de coaching des personnes coachées.
À l'issue de la formation, les participants seront en mesure de fournir un coaching à différents niveaux : convictions, valeurs et identité, et d'y associer également l'univers des sensations, émotions et besoins internes, afin de permettre à la personne coachée d'opérer un choix de manière autonome.

Contenu

Ce trajet se compose de 2 phases qui ont déjà largement fait leurs preuves tant au sein de notre institut de coaching BAO Elan Vital qu'au sein de diverses organisations. Nous travaillons au départ d'un large éventail de disciplines : la communication non violente, le NLP, l'analyse transactionnelle, la bioénergétique, la pleine conscience, …

Phase 1 :
Cette phase se compose de 7 modules de 2 jours au cours desquels les participants explorent leur développement personnel. Ils expérimentent différents outils de coaching et leur impact sur leur développement personnel et professionnel. Ils découvrent ainsi ce qui fonctionne, et comment cela fonctionne.

Phase 2 :
Cette phase se compose de 4 modules au cours desquels les participants exercent en quelque sorte leurs compétences en matière de coaching. Outre leurs « séances de mise à l'épreuve » au sein de l'organisation, les participants seront également amenés de différentes manières à se dépasser durant les modules en coachant des cas de coaching. Lors de chaque module, on dégagera également suffisamment de temps pour la supervision et le traitement des questions spécifiques rencontrées. La fin de cette phase est ponctuée d'une certification établie selon des critères prédéfinis, afin d'être officiellement reconnus comme coaches internes.

Pour qui ?

Toute personne qui assumera le rôle de coach interne. Il peut s'agir du HR Business Partner ou des collaborateurs occupant des postes clés, capables selon l'organisation d'assumer un rôle de coach auprès d'autres collaborateurs.

Formateur

La formation est toujours donnée par 2 senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**.

Infos pratiques

Durée : 22 jours ou personnalisable en fonction de votre organisation (par exemple, dans un environnement international ou non).
Nombre de participants : le groupe peut être composé de 12 à 22 participants.
Lieu : il est important que cette formation se déroule dans un lieu où les participants peuvent se concentrer pleinement sur leur développement, de préférence à l'écart des locaux de l'entreprise.
Un syllabus numérique est envoyé aux participants.
Au terme de cette formation, les participants disposeront de tous les outils nécessaires pour soumettre leur demande de certification ICF.

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

REF. bao_20/F/823 — Prix à la demande

Formation

Supervision des coachs internes

La supervision est inhérente à l'éthique du coaching. Celle-ci est bénéfique tant pour le bien-être du coach interne que pour sa capacité à assumer consciencieusement son rôle de coach interne.

Objectifs

Permettre aux coaches internes de découvrir de nouveaux outils de coaching, de partager des cas et de tirer un enseignement de l'expérience des autres.

Contenu

Le contenu est établi sur la base soit du briefing du responsable de l'organisation, soit des contributions écrites ou orales permettant d'identifier clairement les besoins des participants.

Pour votre information
Si vous souhaitez que la supervision entre en ligne de compte pour la certification ICF, veuillez le mentionner lors de sa planification.

Pour qui ?

Toute organisation qui a déjà formé des coaches internes.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 1 demi-journée à 1 jour par séance de supervision. La supervision peut avoir lieu sur simple demande : trimestrielle, semestrielle ou annuelle. La supervision peut également être intégrée de manière permanente au recyclage continu des coaches internes.

Nombre de participants : max. 8 personnes.

Lieu : la formation peut avoir lieu tant au sein de votre organisation que dans notre centre de formation.
Un syllabus numérique est envoyé aux participants.

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

REF. bao_20/F/824

Prix à la demande

Formation

Comment améliorer le fonctionnement d'une équipe via les constellations systémiques avec des chevaux ?

La constellation systémique est un outil de coaching en entreprise inspiré des techniques des thérapies familiales.

Elle est particulièrement opportune pour lever des non-dits et faire apparaître les raisons profondes de dysfonctionnements dans les organisations et les équipes. Dans ce contexte, le cheval est un révélateur puissant et un indicateur non-équivoque.

Objectifs

Grâce à cette méthode extrêmement rapide et à l' interaction avec des chevaux, nous nous vous aiderons à diagnostiquer en profondeur les fonctionnements et dysfonctionnements de votre «système actuel» et à identifier et tester des pistes possibles de solutions pour un fonctionnement optimal.

Contenu

Lors de cette journée mettant en présence humains et chevaux, vous comprendrez les raisons profondes et le plus souvent inconscientes qui régulent le système relationnel de votre équipe.
Le cheval, de part sa nature, est reconnu pour sa capacité à être dans l'instant présent, sans filtre. Il est d'avantage connecté que nous au ressenti, à l'énergie, à l'inconscient (collectif), l'impact de son interaction est immédiat et leur place est essentielle dans ce genre d'accompagnement.

Vous vous mettrez d'abord en position de comprendre et ensuite et surtout, de changer la nature des relations difficiles qui se vivent entre collègues, public/client, hiérarchie, …

Nous expérimenterons différents changements dans le système, et ce jusqu'à trouver le plus approprié. Alors, la constellation pourra agir sur les comportements individuels et collectifs et aura un impact sur l'ensemble de la situation.

A l'issue de la journée, l'initiateur (et/ou l'ensemble de l'équipe) de la constellation réalisera un plan d'action.

Pour qui ?

Pour tout responsable d'équipe (leader, manager, chef d'équipe) et son équipe souhaitant travailler en profondeur et rapidement sur le fonctionnement de celle-ci. Différentes thématiques peuvent être abordées via un briefing préalable avec le responsable : relations difficiles, projets qui n'avancent pas, non-adéquation aux valeurs et missions, …

Formateur

La formation est donnée par deux senior coaches certifiés et expérimentés, formés aux techniques de constellations systémiques en entreprise et au travail avec les chevaux.

Infos pratiques

Durée : 1 jour.

Lieu : périphérie bruxelloise.

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

REF. bao_20/F/825

Prix à la demande

Formation

Comment améliorer le fonctionnement d'une équipe via les constellations systémiques ?

Quand le corps s'allie à l'esprit pour se mettre au service du système…

Objectifs

En une journée, grâce à cette méthode extrêmement efficace et rapide, nous vous aiderons à diagnostiquer les fonctionnements et dysfonctionnements dans votre «système actuel» et à découvrir et tester des pistes possibles de solutions pour un fonctionnement optimal.

Différentes thématiques peuvent être abordées via un briefing préalable avec le responsable : relations difficiles, projets qui n'avancent pas, non-adéquation aux valeurs et missions, …

Contenu

- Lors de cet atelier, vous comprendrez les raisons profondes et le plus souvent inconscientes qui régulent le système relationnel d'une équipe.
- Vous vous mettrez en position de comprendre mais aussi et surtout de changer la nature des relations difficiles qui se vivent entre collègues, public/client, hiérarchie, …
- Nous expérimenterons différents changements dans le système, et ce jusqu'à trouver le plus approprié. Alors, la constellation pourra agir sur les comportements individuels et collectifs et aura un impact sur l'ensemble de la situation.
- A l'issue de la journée, l'initiateur (ou l'ensemble de l'équipe) de la constellation réalisera un plan d'action.

Pour qui ?

Pour tout responsable d'équipe (leader, manager, chef d'équipe) et son équipe souhaitant travailler en profondeur et rapidement sur le fonctionnement de celle-ci. La constellation systémique est un outil de coaching en entreprise inspiré des techniques des thérapies familiales. Elle est particulièrement opportune pour lever des non-dits et faire apparaître les raisons profondes de dysfonctionnements dans les organisations et les équipes.

Formateur

La formation est donnée par des senior coaches certifiés et expérimentés du **BAO Group**, formés aux techniques de constellations systémiques en entreprise.

Infos pratiques

Durée : 1 jour.

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

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

REF. bao_20/F/826

Prix à la demande

Formation

Le TAO du leadership

Cette formation est basée sur les principes fondamentaux de la sagesse taoïste et des bases fondamentales de la médecine chinoise.

Objectifs

Cette formation est basée sur les principes fondamentaux de la sagesse taoïste et des bases fondamentales de la médecine chinoise.

Elle vise à donner des grilles de lectures inédites pour gouverner de façon juste et efficace, dans le respect de l'entreprise (sa survie et son développement) et celui de toutes celles et ceux qui y travaillent.

Contenu

Diverses grilles de lecture inspirées des travaux de John Heider (Harvard), Bob Messing (Ecole de psychologie de Rudgers – New Jersey) seront visitées de façon pratique et directement applicables par les participants :

- la théorie du changement selon les taoïstes ;
- le rôle et les fonctions clé du dirigeant dans un monde d'incertitude ;
- la bonne gestion des émotions pour le maintien en bonne santé d'une organisation ;
- la théorie de la «juste place» dans une équipe, entreprise, organisation ;
- les outils de typologie inspirés de Jung (MBTI, Disc, Insight…) en lien avec le TAO ;
- le Yi King au service des grandes décisions à prendre par les dirigeants d'entreprise ;
- les liens entre la médecine traditionnelle chinoise et la gouvernance d'entreprise ;
- les outils inédits de diagnostic au service des dirigeants (constellations d'organisations et de systèmes).

Pour qui ?

Pour les dirigeants d'entreprise, membres de comités de direction et cadres chargés de la direction de grandes équipes.

Formateur

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

Infos pratiques

Durée : 2 jours.

Lieu : la session peut être donnée dans les locaux de votre entreprise ou dans nos locaux.
Des lectures vous seront proposées.

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

REF. bao_20/F/827

Prix à la demande

2. Santé

med_20/S/021 Service – Examen médical . . . 14
med_20/S/022 Service – Examen médical – Évaluations de santé périodiques . . . 15
med_20/S/023 Service – Examen médical – Évaluations de santé non périodiques . . . 16
med_20/S/024 Service – Examen médical – Maladies professionnelles . . . 18
med_20/S/025 Service – Examen médical – Vaccinations . . . 19
med_20/S/026 Service – Les vaccinations contre la grippe . . . 20
med_20/S/239 Service – Dépistage du SARS-CoV-2 (COVID-19) . . . 21
med_20/S/027 Service – Analyse des risques médicaux . . . 22
med_20/S/028 Service – Visite d'entreprise – Visite systématique et périodique des lieux de travail . . . 23
med_21/S/240 Service – Visite d'entreprise – Check-up COVID-19 . . . 24
med_20/S/029 Service – Organisation des premiers secours . . . 25
med_20/S/210 Service – Le rôle actif du médecin du travail dans la politique en matière de bien-être et de santé . . . 26
med_20/S/211 Service – Participation au Comité pour la Prévention et la Protection au Travail (CPPT) . . . 27
med_20/S/212 Service – Analyse des risques premiers secours en entreprise . . . 28
exp_20/S/214 Service – Medical Check up . . . 29
exp_20/S/220 Service – Nutri-Check . . . 30
exp_20/S/218 Service – BeFit Move . . . 31
exp_20/S/217 Service – BeFit Food – Teamwork . . . 32
exp_20/S/242 Service – BeFit Food – Workshop – Lecture des étiquettes . . . 33
exp_20/S/241 Service – BeFit Food – Lunch and learn . . . 34
exp_20/F/240 Formation – BeFit Food – Formation alimentation équilibrée . . . 35
med_20/F/219 Formation – Secourisme . . . 36
med_20/F/220 Recyclage – Secourisme . . . 37
med_20/F/240 Recyclage – Secourisme en période de pandémie . . . 38
med_20/F/221 Formation – Secourisme pédiatrique (0-12 ans) . . . 39
med_20/F/239 Formation – Réanimation pédiatrique (0-12 ans) . . . 40
med_20/F/222 Formation – Défibrillateur Externe Automatisé – DEA . . . 41
med_20/F/223 Formation – Initiation aux premiers gestes et à l'appel d'urgence . . . 42
med_21/F/246 Formation – E-learning : premiers gestes et appel des secours . . . 43
med_20/F/224 Formation – Session d'information – Protection de la maternité . . . 44
med_20/F/225 Formation – Information annuelle en radioprotection . . . 45
med_20/F/226 Formation – Sensibilisation – Diabète . . . 46
med_20/F/227 Formation – L'importance de l'activité physique . . . 47
med_20/F/228 Formation – Les maladies infectieuses. La triade des maladies transmissibles par voie sanguine : l'hépatite B et C et le VIH . . . 48
med_20/F/229 Formation – Vivre sainement . . . 49
med_20/F/230 Formation – Les trajets de réintégration des travailleurs en incapacité de travail . . . 50
med_20/F/239 Formation – Reprise du travail en toute sécurité en période de pandémie . . . 51
med_20/F/232 Formation – Les cytostatiques en dehors de la pharmacie et dans les soins à domicile . . . 52
med_20/F/235 Formation – La vaccination contre la grippe pour les collaborateurs de la santé et les métiers de contact . 53
med_20/F/236 Formation – Le rôle du conseiller en prévention-médecin du travail dans la politique en matière d'alcool et de drogues . . . 54
med_20/F/237 Formation – La prévention des accidents par piqûre . . . 55
med_20/F/238 Formation – Le travail de nuit et le travail posté . . . 56

3. Aspects psychosociaux

psy_20/S/031 Service – Sélection et formation sur mesure des personnes de confiance . . . 60
psy_20/S/032 Service – Assuétudes : mieux les comprendre pour pouvoir mieux les gérer . . . 61
psy_20/S/033 Service – Analyse des risques psychosociaux via entretiens individuels (< 30 travailleurs) . . . 62
psy_20/S/034 Service – Analyse ciblée sur les risques psychosociaux prioritaires (< 50 travailleurs) . . . 63
psy_20/S/035 Service – ARIPSO : analyse des risques labellisée à grande échelle (> 60 travailleurs) . . . 64
psy_21/S/339 Service – Baromètre Cohezio : analyse simple et rapide des risques psychosociaux . . . 65
psy_20/S/036 Service – Focus group : analyse participative des risques psychosociaux (< 80 travailleurs) . . . 66
psy_20/S/037 Service – Accompagnement lors d'un événement potentiellement traumatisant . . . 67
psy_20/S/038 Service – Souffrance au travail : intervention psychosociale individuelle . . . 68
psy_20/S/335 Service – Accompagnement d'un manager d'une équipe en difficulté . . . 69
psy_20/S/336 Service – Accompagnement d'une équipe en crise . . . 70
psy_20/S/337 Service – Sensibilisation du management à la gestion de crise – Cas spécifique de pandémie . . . 71
psy_20/S/338 Service – Trouver un nouvel équilibre après une crise . . . 72
psy_20/S/219 Service – Check-up psychosocial . . . 73
psy_20/F/310 Formation – Personnes de confiance . . . 74
psy_20/F/311 Recyclage / Supervision – Personnes de confiance . . . 75
psy_20/F/312 Formation – Sensibilisation des managers aux techniques de réinsertion professionnelle . . . 76
psy_20/F/313 Formation – Sensibilisation de la ligne hiérarchique – Prévenir les risques psychosociaux au travail . . . 77
psy_20/F/314 Formation – Sensibilisation du personnel – Prévenir les risques psychosociaux au travail . . . 78
psy_20/F/318 Formation – Gérer les conflits au travail . . . 79
psy_20/F/320 Formation – Evénement potentiellement traumatisant en entreprise : se préparer à l'imprévisible . . . 80
psy_20/F/321 Formation – La gestion des âges en entreprise (CCT104) . . . 81
psy_21/F/329 Formation – E-learning : comment aborder la diversité ? . . . 82
bao_20/F/322 Formation – La résilience – Bien dans sa tête, bien dans sa peau . . . 83

bao_20/F/337 Formation – Atelier : la résilience corporelle 84
bao_20/F/324 Formation – Prévenir et gérer le stress 85
bao_20/F/325 Formation – Prévenir et gérer le stress par les techniques de respiration 86
bao_20/F/326 Formation – Prévenir et gérer le stress par le yoga 87
bao_20/F/327 Formation – Prévenir et gérer le stress par la «Mindfulness» 88
bao_20/F/329 Formation – Gérer et prévenir le burnout dans son entreprise (CODIR). 89
bao_20/F/330 Formation – Diminuer sa sensibilité au burnout 90
bao_20/F/331 Formation – Se relever d'un burnout 91
bao_20/F/332 Formation – Prévenir le burnout dans son équipe. 92
bao_20/F/333 Formation – Réagir au burnout dans son équipe 36
bao_20/F/335 Formation – Atelier : le burnout est-il un choix ? 94
bao_20/F/336 Formation – Conférence d'information et de sensibilisation au burnout 95
bao_20/F/334 Formation – La communication puissante : de l'écoute à l'assertivité. 96

4. Ergonomie

erg_20/S/041 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises C- D) 100
erg_20/S/042 Service – Intervention analyse de risques travail sur écran de visualisation – EWOS (entreprises A B C+). 101
erg_20/S/043 Service – Intervention dépistage travail sur écran de visualisation – CEWA. 102
erg_20/S/044 Service – Intervention analyse experte travail sur écran de visualisation – IEWA 103
erg_20/S/045 Service – Manutention manuelle de charges – Analyse des risques ergonomie 104
erg_20/S/046 Service – Aide à la correction des espaces de travail 105
erg_20/S/047 Service – Aide à la conception d'espaces de bureaux 106
erg_20/S/048 Service – Analyse ergonomique d'un poste de travail (non écran) 107
erg_20/S/049 Service – Avis ergonomique préalable à l'élaboration d'un cahier des charges relatif à des équipements de travail et du matériel. 108
erg_20/S/410 Service – Etude ergonomique spécifique afin d'aménager les locaux pour réduire les risques d'agression et/ou de contamination 109
erg_20/S/411 Service – Analyse des circuits d'Information. 110
erg_20/S/412 Service – Analyse des facteurs organisationnels. 111
erg_20/S/413 Service – Analyse de base de l'éclairage d'un poste de travail 112
mod_20/S/401 Service – Analyse de l'éclairage en entreprise 113
mod_20/S/402 Service – Analyse avancée de risques de troubles musculo-squelettiques provoqués par le travail en force, les mouvements répétitifs et les postures défavorables 114
erg_20/S/414 Service – Analyse de base du confort acoustique dans les locaux 115
mod_20/S/403 Service – Analyse avancée du confort acoustique dans les locaux 116
erg_20/S/415 Service – Analyse simplifiée de l'exposition au bruit des travailleurs 117
erg_20/S/416 Service – Analyse de l'exposition individuelle au bruit (LEX,8h et Ppeak) 118
erg_20/S/417 Service – Cartographie de bruit 119
mod_20/S/404 Service – Lutte contre l'exposition au bruit. 120
mod_20/S/405 Service – Analyse avancée de l'exposition au bruit des travailleurs 121
mod_20/S/406 Service – Analyse de l'exposition aux vibrations du corps entier des travailleurs. 122
mod_20/S/407 Service – Analyse de l'exposition aux vibrations manu-brachiales des travailleurs 123
erg_20/F/414 Formation – Ergonomie du travail sur écran 124
erg_20/F/416 Formation – Coach du dos. 125
erg_20/F/417 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention de charges 126
erg_20/F/418 Formation – Manutention de personnes et prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) – Formation sur mesure (1 journée) 127
erg_20/F/422 Formation – Manutention de charges sur mesure ou coaching sur poste. 128
erg_20/F/421 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de la logistique 129
erg_20/F/423 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de l'accueil de la petite enfance 130
erg_20/F/424 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur de l'aide à domicile. 131
erg_20/F/425 Formation – Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et manutention dans le secteur du nettoyage 132
erg_20/F/420 Formation – Sensibilisation et analyse de l'exposition au bruit en entreprise. 133
mod_20/F/401 Formation – Sensibilisation et gestion de l'exposition aux vibrations en entreprise 134

5. Sécurité

sec_20/S/051 Service – Visite des lieux de travail – A B C+ 138
sec_20/S/052 Service – Visite des lieux de travail – C- et D 139
sec_20/S/054 Service – Safety Audit 140
sec_20/S/519 Service – Analyse des risques participative 141
sec_20/S/055 Service – Analyse des risques sécurité d'une organisation ou d'un poste de travail 142
sec_20/S/056 Service – Aide à l'élaboration du plan global et du plan annuel d'action. 143
sec_20/S/057 Service – Réalisation d'un plan d'urgence interne 144
sec_20/S/058 Service – Analyse d'un accident du travail grave 145
sec_20/S/059 Service – Analyse d'un accident non grave 146
sec_20/S/514 Service – Analyse approfondie des accidents du travail 147
sec_20/S/510 Service – Coordination de chantier. 148
sec_20/S/053 Service – Mise en service de machines et autres équipements de travail 149
sec_20/S/515 Service – Conformité de machines et autres équipements de travail 150
sec_20/S/516 Service – Analyse des risques d'une machine ou d'un autre équipement de travail 151
sec_20/S/517 Service – Analyse des risques d'une installation électrique basse tension 152

sec_20/S/518 Service – Réalisation d'une fiche simplifiée d'utilisation d'une machine ou équipement de travail 154
ec_20/S/520 Service – Cahier des charges d'achat d'une machine ou d'un autre équipement de travail 155
sec_20/S/512 Service – Avis, aide et choix des équipements de protection individuels et collectifs 156
sec_20/S/513 Service – Mise à disposition d'un conseiller en prévention 157
mod_20/S/514 Service – Monitoring et analyse vibratoire dans les bâtiments et sur les infrastructures sensibles 158
mod_20/S/515 Service – Safetify 159
sec_20/F/514 Formation – Sensibilisation de la ligne hiérarchique à la politique du bien-être 160
sec_20/F/515 Formation – Analyse de risques en pratique 161
sec_20/F/516 Formation – Analyse des accidents de travail 162
sec_20/F/517 Formation – Espaces verts 163
sec_20/F/518 Formation – Conseiller en prévention niveau III 164
gue_20/F/501 Formation – ATEX : risques liés aux zones à atmosphères explosives 165
gue_20/F/513 Formation – VCA cadre opérationnel 166
gue_20/F/514 Formation – VCA sécurité de base 167
gue_20/F/503 Formation – Risques électriques BA4 168
gue_20/F/504 Formation – Risques électriques BA5 169
gue_20/F/505 Formation – Cariste de base 170
gue_20/F/506 Recyclage – Validation de compétence de cariste 171
gue_20/F/507 Formation – Conduite et travail de base avec un manuscope/manitou 172
gue_20/F/508 Formation – Élingueur de base 173
gue_20/F/510 Formation – Pontier 174
gue_20/F/511 Formation – Travail en hauteur 175
gue_20/F/512 Formation – Travaux avec échafaudages fixes et mobiles 176
sec_20/F/532 Formation – La conduite prioritaire 178

6. Prévention incendie

inc_20/S/061 Service – Analyse des risques relative au risque d'incendie 182
inc_20/S/062 Service – Checklist de conformité incendie 183
inc_20/S/063 Service – Réalisation de plans d'évacuation 184
inc_20/S/064 Service – Encadrement d'un exercice d'évacuation 185
inc_20/S/065 Service – Réalisation d'un dossier incendie 186
gue_20/F/613 Formation – Sensibilisation aux moyens de lutte contre l'incendie 187
gue_20/F/604 Formation – Évacuation de base 188
gue_20/F/605 Formation – Équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction légers 189
gue_20/F/610 Recyclage – Équipier d'intervention – Moyens d'extinction légers 190
gue_20/F/606 Formation – Équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction lourds 191
gue_20/F/609 Recyclage – Chef équipier d'intervention SLCI – Moyens d'extinction lourds 192
gue_20/F/603 Formation – Chef équipier porteur ARI - Moyens d'extinction légers 193
gue_20/F/611 Recyclage – Équipier d'intervention porteur ARI - Moyens d'extinction légers 194
gue_20/F/602 Formation – Chef équipier porteur ARI - Moyens d'extinction lourds 195
gue_20/F/607 Formation – Porteur d'ARI 196
gue_20/F/612 Recyclage – Porteur ARI 197
gue_20/F/614 Formation – Unité Mobile : SAMM équipier de première intervention SLCI 198

7. Hygiène industrielle

hyg_20/S/712 Service – Analyse de la qualité de l'air intérieur 202
hyg_21/S/726 Service – Analyse concentration CO2 de l'air intérieur par sondes connectées 203
hyg_20/S/071 Service – Audit HVAC 204
hyg_20/S/713 Service – Avis sur les risques de légionnelle dans les installations 205
hyg_20/S/714 Service – Analyse de base du confort thermique et du renouvellement de l'air 206
hyg_20/S/715 Service – Analyse avancée du confort thermique et du renouvellement de l'air 207
hyg_20/S/716 Service – Analyse avancée de la contrainte thermique (par le chaud ou par le froid) 208
hyg_20/S/717 Service – Analyse et mesures des agents microbiologiques présents sur les surfaces 209
hyg_20/S/711 Service – Analyse et mesures des agents microbiologiques présents dans l'air 210
hyg_20/S/711 Service – Substances chimiques 211
hyg_20/S/073 Service – Mesures des poussières personnelles et/ou stationnaires 212
hyg_20/S/718 Service – Analyse des expositions aux agents chimiques à l'aide d'outils de modélisation 213
hyg_20/S/719 Service – Avis toxicologique 214
mod_20/S/701 Service – Rédaction d'une fiche de données de sécurité simplifiées 215
hyg_20/S/720 Service – Avis spécifique concernant l'utilisation d'un produit 216
hyg_20/S/721 Service – Inventaire des produits dangereux et analyse de risque qualitative 217
hyg_20/S/722 Service – Amiante – Réalisation de l'inventaire amiante 218
hyg_20/S/723 Service – Amiante – Avis sur inventaire amiante 219
hyg_20/S/724 Service – Amiante – Identification d'un matériau suspect avec prise d'échantillon 220
hyg_20/S/725 Service – Amiante – Avis sur plan de travail lors d'un désamiantage 221
hyg_20/S/072 Service – Audit HACCP (analyse de l'hygiène alimentaire dans les unités de restauration) 222
mod_20/S/702 Service – Analyse de l'exposition aux champs électromagnétiques 223
hyg_20/F/712 Formation – Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples) 224
hyg_20/F/713 Recyclage – Prévention et protection contre les dangers de l'amiante (traitements simples) 225
hyg_20/F/714 Formation – Hygiène alimentaire suivant la norme HACCP 226
hyg_20/F/716 Formation – Utilisation de produits d'entretien 227
hyg_20/F/717 Formation – Sensibilisation et gestion des agents chimiques en entreprise 228

8. Environnement

mod_20/S/901 Service – Etude d'incidences acoustiques environnementales pour des installations/entreprises existantes. 232
mod_20/S/902 Service – Etude d'incidences acoustiques environnementales pour des installations/entreprises projetées (demande de permis d'environnement) 233

9. Leadership - Management

bao_20/F/081 Formation – Comment gérer les changements au sein des équipes. 236
bao_20/F/082 Formation – Le leader participatif – «La force du lien». 237
bao_20/F/083 Formation – Le leader enthousiaste – «Raviver le feu» 238
bao_20/F/084 Formation – Le leader audacieux – «Diriger avec ses tripes» 239
bao_20/F/085 Formation – Le leader ouvert – «Manager la diversité» 240
bao_20/F/086 Formation – Le leader authentique – «Oser dire» 241
bao_20/F/087 Formation – Manager coach – Les bases du coaching managérial et relationnel 242
bao_20/F/088 Formation – Les bases de la communication : parler avec ses oreilles 243
bao_20/F/089 Formation – Prendre la parole en public : revenez à vous ! 244
bao_20/F/810 Formation – Les bases du leadership : un acte d'humilité 245
bao_20/F/811 Formation – Le leader «mindful» – Devenir un leader plus efficace 246
bao_20/F/812 Formation – Comment gérer les conflits et l'agressivité ? 247
bao_20/F/813 Formation – Gérer les émotions et le stress par une technique de psychologie énergétique : l'Emotional Freedom Technique (EFT) 248
bao_20/F/814 Formation – Spécial enseignement – Développer son leadership et la coach attitude 250
bao_20/F/815 Formation – Leader of 2morrow 252
bao_20/F/816 Formation – Insights Discovery® – Les bases 253
bao_20/F/817 Formation – Insights Discovery® – Les relations interpersonnelles et stress&time management 254
bao_20/F/818 Formation – Insights Discovery® – Leadership 255
bao_20/F/819 Formation – Insights Discovery® – Le processus de feed-back 360° avec Insights Multiview® 256
bao_20/F/820 Formation – Intervention en cas de difficultés relationnelles (individuel, équipe, CODIR) 257
bao_20/F/821 Formation – Comment manager avec l'inspiration des accords toltèques ? 258
bao_20/F/822 Formation – Spécial enseignement – La respiration consciente dans la salle de classe 259
bao_20/F/823 Formation – Coach interne 260
bao_20/F/824 Formation – Supervision des coachs internes 261
bao_20/F/825 Formation – Comment améliorer le fonctionnement d'une équipe via les constellations systémiques avec des chevaux ? 262
bao_20/F/826 Formation – Comment améliorer le fonctionnement d'une équipe via les constellations systémiques ? 263
bao_20/F/827 Formation – Le TAO du leadership 264

Notes

Notes

Notes

Ensemble,

nous nous inscrivons dans une action continue et cohérente. Et c'est de cette cohésion réussie que naîtra le bien-être de chacun.

cohezio

Service Externe de Prévention
et de Protection au Travail
Boulevard Bischoffsheim 1-8 • 1000 Bruxelles
T. +32 (0)2 533 74 11 • info@cohezio.be
www.Cohezio.be

Éditeur responsable : Olivier Legrand, Boulevard Bischoffsheim 1-8, 1000 Bruxelles. Cette édition est protégée par des droits d'auteur et date du 1er septembre 2018. Photos : Shutterstock / iStock / ThinkstockPhotos / AdobeStock. INF_FR_COM_021-V6