

**L'Association  
Bruxelloise pour le Bien-Être  
au Travail – ABBET propose**



ASSOCIATION  
BRUXELLOISE  
POUR LE BIEN-ÊTRE  
AU TRAVAIL **ABBET**

# **Brochure des formations 2020 sur le bien-être au travail**

Pour les associations CoCoF des secteurs :

- ✓ Social Santé Ambulatoire
- ✓ Insertion socioprofessionnelle
- ✓ Maisons d'accueil pour adultes ou familles en difficulté
- ✓ Aide aux personnes handicapées
- ✓ Services d'Aide à Domicile
- ✓ Entreprises de Travail Adapté
- ✓ Cohésion sociale

Une initiative de l'ABBET en partenariat avec les fonds sectoriels (AF, ASSS, ETA, ISAJH et ISP ) avec la collaboration de FORMAPEF





## AVANT-PROPOS

Cette brochure a pour objectif de regrouper les actions et formations proposées en matière de bien-être au travail par l'ABBET (Association Bruxelloise pour le Bien-Être au Travail) et les Fonds sociaux partenaires.

Le bien-être au travail est un domaine très large qui recouvre des matières aussi diversifiées que les locaux, l'hygiène, la sécurité, la protection de la santé, l'ergonomie ou les risques psycho-sociaux.

Ces derniers ont depuis quelques années pris une place importante en lien avec les difficultés réelles rencontrées au niveau du travail lui-même, de l'organisation de celui-ci et des relations au travail.

Face à la diversité de sujets, les partenariats entre l'ABBET et les Fonds nous permettent d'élargir de manière considérable l'offre de formations.

Si tout employeur doit mettre en place des actions de bien-être en faveur de ses travailleurs, il est évident que de nombreux employeurs n'ont pas attendu la loi pour le faire. Dans le secteur associatif, de nombreuses initiatives sont prises depuis longtemps.

Pour soutenir et aider les associations, l'ABBET a été mise en place avec au cœur de sa mission : sensibiliser, informer, soutenir et accompagner. Les Fonds<sup>1</sup> ont libéré des budgets pour soutenir le bien-être au travail en offrant des formations adaptées aux réalités du secteur associatif.

Une place particulière est donnée à ceux qu'on nomme les acteurs du bien-être au travail. Il s'agit entre autres du conseiller en prévention, de la personne de confiance, des secouristes, des intervenants de première intervention en cas d'incendie et aussi des directions.

Cette brochure se divise en trois parties :

- Présentation de l'ABBET
- Actions proposées par l'ABBET
- Actions proposées via le catalogue FORMAPEF

Pour chacune d'elles vous trouverez un explicatif, le public qui y a accès et les modalités de participation.

---

1 Fonds ISAJH, ETA, ASSS, AF et ISP

Actions et formations de l'ABBET	5
Analyses de risques	5
Analyse de risques globale	5
Analyse de risques psycho-sociale	5
Analyse de risques Incendie	6
Observation de poste de travail devant écran	6
Formations et interventions	6
L'essentiel de la loi sur le bien-être au travail	6
Analyse de risques : approche pratique	6
Intervision pour conseiller en prévention	6
Post Intervision pour conseillers en prévention	6
Supervisions coordinateurs	7
Rencontre Bien-Etre au Travail	8
Les outils de l'ABBET	9
La Boite à Outils du Bien- Etre au Travail : BOBET	9
Guide du Bien-Etre au Travail	10
Jeu de Loi	11
Films et Brochures	11

# PRÉSENTATION DE L'ABBET

L'ABBET est une asbl issue de l'Accord Non-marchand Cocof du 22 décembre 2010 qui a prévu une mesure Emploi et bien-être.

L'ABBET est au service des associations de la Cocof (voir plus bas public visé) et COCOM afin de les sensibiliser et les aider à la mise en œuvre d'une politique de bien-être au travail et au respect des obligations légales en la matière.

Pour aider les associations, l'ABBET met en place des actions de sensibilisation, d'information et de formation. Des accompagnements sont également proposés. Enfin, des outils spécifiques sont développés.

En collaboration avec les fonds sociaux, l'ABBET soutient des projets liés au bien-être au travail.

## PUBLIC

Les associations Cocof relevant des secteurs :

- Social Santé Ambulatoire : Planning familial, Maison médicale, Santé Mentale, Toxicomanie, Centre d'Action Sociale Globale, Centre de Coordination des soins et services à domicile, Centre de télé-accueil, Aide Sociale aux Justiciables, Maison médicale, Soins palliatifs
- Insertion socioprofessionnelle
- Maisons d'accueil
- Services d'Aide à Domicile
- Entreprises de Travail Adapté
- les associations ayant un subside Cohésion sociale Cocof

Les autres associations ont accès aux outils au prix coutant et aux rencontres gratuitement.

Certaines peuvent s'inscrire sans frais aux formations via FORMAPEF.

## ACTIONS PROPOSÉES PAR L'ABBET

### SENSIBILISATION ET INFORMATION

Séances d'information auprès des associations, des fédérations, des syndicats :

- La loi sur le bien-être au travail
- Rôle et fonction du conseiller en prévention
- Les risques psycho-sociaux
- Mise en avant des obligations de tout employeur

## ANALYSE DE RISQUES

Afin d'aider au mieux les associations à mettre en place ou à développer des actions en matière de bien-être pour les travailleurs, l'ABBET propose des analyses de risques. Ces actions sont gratuites pour les associations pouvant bénéficier des actions de l'ABBET.

### Analyse de risques globale

Chaque employeur est tenu de réaliser une analyse de risques globale afin de mettre en place un plan d'actions. Différentes méthodes existent pour réaliser cette analyse. L'ABBET utilise le dépistage participatif des risques (DÉPARIS), le niveau de base de la stratégie SOBANE<sup>2</sup>. C'est une méthode particulièrement bien adaptée aux petites équipes et qui permet d'être au plus **proche de leurs réalités**.

Ce dépistage est réalisé au cours de réunions de quelques personnes, représentatives des différentes situations de travail de l'association (sociales, éducatives, administratives, techniques...). Il s'agit d'identifier de façon systématique les dangers et les facteurs de risques, de déterminer et d'évaluer ceux-ci en vue de fixer des mesures de prévention.

La discussion se fait suivant une grille Déparis comprenant différentes rubriques afin de couvrir tous les aspects techniques, organisationnels et relationnels qui font que la vie quotidienne au travail est plus ou moins facile, efficace et agréable.

L'objectif de la réunion est de trouver ce qui peut être fait concrètement, à court, moyen et long termes: quels sont les problèmes rencontrés ? Comment peut-on les résoudre ? Pour certains aspects, des études complémentaires devront être réalisées par la suite.

Les réunions durent environ 3h et peuvent se faire avec maximum 10 travailleurs.

L'ABBET examine aussi avec le groupe les pistes suggérées par d'autres instances : service externe de prévention et de protection (SEPP), service externe de contrôle technique (SECT). Elle renseigne également sur des pistes de formation, d'accompagnement, etc.

Les informations recueillies sont ensuite reprises dans un rapport, accompagnées de pistes et conseils pour l'amélioration qui serviront de base à la réalisation du plan global de prévention (PGP) sur 5 ans, et du plan annuel d'action (PAA).

### Analyse de risques psycho-sociaux

L'analyse de risques peut aussi être réalisée en se centrant exclusivement sur les risques psychosociaux. Il s'agit de l'Observation, le second niveau de la stratégie SOBANE. Dans ce cas, la démarche consistera à examiner avec l'équipe les différents facteurs tels que les conditions de travail, le contenu du travail, l'organisation du travail et les relations interpersonnelles.

Les demandes d'analyse de risques psychosociaux sont régulièrement formulées, soit parce que l'association se pose des questions sur le vécu de ses travailleurs, soit qu'elle a déjà fait une analyse de risques globale et veut se mettre en ordre avec la nouvelle réglementation. Celle-ci a en effet rendu obligatoire l'analyse de risques psychosociaux pour tous les employeurs. Enfin, certaines demandes nous sont faites suite à des demandes d'intervention formelles auprès du Service externe de prévention et de protection au travail.

### Analyse de risques Incendie

Depuis 2018, l'ABBET réalise des analyses de risques incendies.

---

2 SOBANE : méthode d'analyse de risques à 4 niveaux : Screening ou Dépistage – Observation – Analyse - Expertise

A ne pas confondre avec l'Audit incendie. L'audit est une expertise effectuée par un agent compétent pour vérifier que toutes les prescriptions légales sont respectées.

L'analyse de risques va au-delà, elle sert à anticiper, à identifier les dangers pour tenter d'empêcher tout risque d'incendie. Et pour les risques qui ne peuvent être supprimés, l'analyse de risques permet de prévoir des mesures qui en réduisent les conséquences.

### **Analyse de postes de travail devant écran**

Il s'agit d'étudier la situation de travail sur le terrain, l'environnement physique et les problèmes liés au travail devant écran et de déterminer les mesures techniques immédiates qui peuvent être prises pour prévenir et/ou améliorer les risques. L'attention sera portée aux positions de travail et aux troubles musculo-squelettiques qui en découlent comme les douleurs au dos ou à la nuque.

Cette observation des postes de travail est réalisée en deux phases :

- Tout d'abord, un questionnaire est utilisé pour évaluer pour chaque poste, les caractéristiques des tâches, l'organisation du travail, la charge et fatigue visuelle, ainsi que les troubles musculo-squelettiques ressentis par les travailleurs.
- Ensuite, une observation directe du travailleur lors de l'exécution de ses tâches devant écran. Il s'agira d'observer comment il se tient devant son écran : position du dos, des bras, des mains, des pieds.

Des mesures pratiques d'amélioration sont présentées et discutées avec le travailleur : réglage du siège, bon positionnement de l'écran, ajout d'un porte-document, d'un repose-pied...

Un rapport global est également réalisé et soumis à l'employeur.

## **FORMATIONS, INTERVISIONS ET RENCONTRES**

### **Formations et Intervisions via Formapef**

L'ABBET a développé des formations et des intervisions spécifiques pour les conseillers en prévention. Elles sont données en partenariat avec l'APEF via le catalogue FORMAPEF et sont détaillées dans la partie qui y est consacrée.

L'essentiel de la loi sur le bien-être au travail : 2 jours à Bruxelles

Analyse de risques : approche pratique : 1 jour à Bruxelles

Intervision : Partager et consolider sa pratique de conseiller en prévention : à Bruxelles 4 ½ jours

### **Autres intervisions**

#### **Post Intervision pour conseillers en prévention:**

*L'objectif est de :*

- Donner une suite aux intervisions données par l'ABBET.
- Permettre aux conseillers en prévention de se retrouver pour réfléchir et partager leur pratique.
- Approfondir certains sujets abordés lors des intervisions.

#### **Supervisions coordinateurs**

*L'objectif est de :*

- Permettre un temps de partage et de réflexion sur les difficultés rencontrées dans l'exercice de sa fonction.
- Prendre distance et entamer une réflexion sur les fonctionnements institutionnels.
- Mettre en avant des pistes de travail en vue de changements.

## Rencontres Bien-Etre au Travail :

Régulièrement (4/an), l'ABBET organise un temps de conférence sur l'heure du midi.

L'annonce est visible sur les actualités du site : [www.abbet.be](http://www.abbet.be)

Public : ouvert à tous

## OUTILS DE L'ABBET

Depuis le début de son existence, l'ABBET est attentive à fournir aux associations des outils d'information au plus proches de leur réalité.

*Tous les outils sont disponibles sur le site de l'ABBET.*

*Possibilité de les commander.*

### La Boite à Outils du Bien-Etre au Travail : BOBET



La *BOBET* se présente sous forme d'environ 120 fiches courtes et adaptées au secteur, permettant d'appréhender le contenu de la loi sur le bien-être au travail et des obligations qui en découlent de manière simple et concise.

### Le Guide du Bien-Etre au Travail



Le Guide du bien-être au travail est un outil simple et concret qui met en avant l'essentiel des obligations en matière de bien-être au travail et propose des documents prêts à l'emploi.

Il a pour objectif d'aider les associations face aux actions à mener pour le bien-être des travailleurs.

### Jeu de Loi



Ce «Jeu de Loi» a été créé dans la foulée de la BOBET.

Il est destiné plus particulièrement aux équipes du secteur non marchand qui souhaitent se familiariser avec la loi sur le bien-être au travail d'une manière ludique et pédagogique.

## Films et Brochures

Différents films et brochures sont édités :

« Le conseiller en prévention : un acteur clef du bien-être au travail

« La prévention incendie »

« Nettoyage et des produits d'entretien. »

## ACTIONS THÉMATIQUES MENÉES PAR LES FONDS SECTORIELS

Chaque année les fonds sociaux représentant les différents secteurs proposent aux travailleurs et aux institutions différentes actions destinées à favoriser le bien-être au travail.

**Le détail des actions proposées par les secteurs est présenté sur le site de l'ABBET.**

**[www.abbet.be](http://www.abbet.be)**

**Les formations proposées dans cette brochure font partie de ces actions.**

## ACTIONS PROPOSÉES VIA LE CATALOGUE FORMAPEF

Le catalogue Formapef est un catalogue de formation initié par les fonds sociaux gérés par l'APEF : [www.apefasbl.org/formapef](http://www.apefasbl.org/formapef)

Via les actions thématiques menées par les fonds sectoriels, les formations concernant le bien-être au travail sont rendues davantage accessibles pour la plupart des secteurs concernés par l'ABBET.

Dans les pages qui suivent vous trouverez l'ensemble des formations concernant le bien-être au travail et organisées en 2020 à Bruxelles et environs.

### Conditions générales

L'inscription aux formations via le formulaire d'inscription ABBET/COCOF (voir ci-dessous) est ouverte aux travailleurs salariés relevant des institutions reconnues par la COCOF dans le cadre de l'accord non-marchand.

Les inscriptions sont retenues selon leur ordre d'arrivée et suivant le budget disponible auprès du fonds sectoriel.

### **Deux types d'inscriptions sont possibles :**

#### **1) Inscriptions individuelles aux formations programmées**

- Soit via le formulaire d'inscription modèle ABBET/COCOF

téléchargeable sur [www.apefasbl.org/formapef](http://www.apefasbl.org/formapef)

L'inscription s'effectue en renvoyant le formulaire complété et signé:

A l'APEF ASBL - Cellule Formapef :

- par courriel à : [formation@apefasbl.org](mailto:formation@apefasbl.org) ;
- ou via une inscription directement via le site [www.apefasbl.org/formapef](http://www.apefasbl.org/formapef)

## 2) Inscriptions collectives en demandant l'organisation d'une formation au sein de l'association

Via l'envoi :

- des formulaires d'inscription modèle ABBET/COCOF téléchargeables sur [www.apefasbl.org/formapef](http://www.apefasbl.org/formapef)
- et de l'annexe concernant la demande d'organisation sur site de la formation

Conditions :

- à partir de 6 inscrits si la formation est reprise avec le logo
- à partir de 8 inscrits si la formation n'est pas mentionnée organisable sur site

### Conditions supplémentaires pour le secteur ISAJH, SCP 319.02

Il est obligatoire de compléter, même pour les inscriptions individuelles, l'annexe au verso du formulaire où il s'agit:

- d'expliciter le lien entre le choix de la thématique et le plan de formation du service ;
- de transmettre l'avis de la délégation syndicale.

### Conditions supplémentaires pour le secteur ETA, SCP 327.02

Le paiement de la formation ainsi que 10 € par heure passée en formation sera pris en charge par le budget de chaque ETA au Fonds de sécurité d'existence.

En cas de désistement, et sauf justification par certificat médical, un montant de 20 € sera facturé à l'ETA sur son budget formation.

### Des icônes pour mieux visualiser les particularités de la formation

Organisable sur site	
Bien-être au travail	
Spécifique MAE	
Valorisable décret ATL	
Nouveauté	
Enseignement de promotion sociale	

## TABLE DES MATIÈRES CONCERNANT LES FORMATIONS FORMAPEF

Thématiques	Pages
Accompagnement psychosocial	19
Accueil et accompagnement des travailleurs	20
Confrontation aux traumatismes et deuils	21
Développement professionnel	22
Gestion de l'agressivité	24
Gestion d'équipe de travail	26
Gestion des émotions et stress	28
Gouvernance et pilotage du projet associatif	31
Législation et outils sur le bien-être au travail	32
Prévention et gestion des conflits	36
Prévention et gestion des risques psychosociaux	38
Secourisme	39
Travail d'équipe	46

## La communication assertive

### Attitudes et techniques de communication efficaces

- Objectif**
- Apprendre à mieux communiquer et vivre harmonieusement dans son milieu de travail
  - Maîtriser une communication plus efficace et satisfaisante
  - Prendre conscience des mécanismes de défense mis en place dans la relation
  - S'ouvrir à des relations plus authentiques
  - Trouver l'attitude juste entre agressivité et repli
- Programme**
- Nous souhaitons tous construire des relations harmonieuses. Pourtant, nos comportements sont parfois inadaptés et le résultat est désastreux ...
- Donner son point de vue sans s'imposer, oser s'affirmer en se respectant et en respectant l'autre, c'est possible et cela s'apprend.
- C'est pourquoi il est important de
- Repérer les mécanismes de manipulation;
  - Etre capable de défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres ;
  - Se sentir apaisé après avoir dit ce que l'on avait à dire ;
  - Etablir des relations gagnant-gagnant.
- Méthodes**
- Cette formation est à la fois basée sur les situations de terrain vécues par les participants, encadrées par des mises en situation et complétées par des apports théoriques.
- Formateur**
- Sophie DEVUYST  
Psychologue, psychothérapeute et formatrice
- Public cible**
- Gestionnaires d'équipe, gestionnaires de projet, animateurs, formateurs, médiateurs, agents sociaux... Toute personne qui souhaite améliorer la qualité de ses relations

Organisé par	Quand	Où
Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	Formation de 3 jours	LEEP rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 27 avril 2020 Mardi 28 avril 2020	
C3537	Lundi 4 mai 2020 De 09:30 à 16:30	

Particularités



## L'assertivité comme outil de travail

- Objectif**
- Favoriser une communication efficace en s'entraînant à différents outils et techniques de communication assertive
  - Se faire entendre sans agresser, écouter sans écraser
  - Développer les comportements adéquats pour une relation win-win
  - Reconnaître les différents comportements de fuite, d'agressivité, de manipulation et d'assertivité chez soi et chez autrui
  - Identifier les situations sortant du cadre de l'assertivité (manipulation, domination, mauvaise foi...) et se positionner en conséquence
- Programme**
- Les ingrédients d'une communication constructive
  - L'assertivité ou respect mutuel, équivalence, empathie et responsabilité
  - S'assurer d'être compris et prendre sa place sans empiéter sur celle des autres
  - L'assertivité au quotidien : tests, exercices et cas pratiques
  - Assertivité vs. agressivité, fuite et manipulation : identifier les différentes situations et adopter l'attitude adéquate
  - Conscientiser, maîtriser son comportement non-verbal – Et les émotions ?
  - Des solutions positives et réalistes tenant compte des besoins de chacun
  - Refuser une demande ou émettre une critique, en bonne relation
  - Accueillir la critique tout en préservant l'estime de soi, prendre du recul
  - L'assertivité comme moyen de désamorcer l'escalade agressive
  - Mauvaise foi et manipulation : les reconnaître et les déjouer
- Méthodes** Jeux de rôle, débats, mises en situation, réflexions individuelles et en groupe, exploitation de situations amenées par les participants, analyse de vidéos...
- Formateur** Priscilla DE RADIGUES  
Formatrice soft-skills en communication interpersonnelle, gestion de conflits, gestion du stress - Coach et thérapeute : accompagnements individuels et de groupes - Médiatrice sociale & coordinatrice d'une école des devoirs - Facilitation de groupe et médiation - Praticienne certifiée en constellations familiales et de systèmes
- Public cible** Tout public et tout secteur d'activités, l'assertivité étant un comportement pouvant être bien utile dans des situations multiples

Organisé par	Quand	Où
Bruxelles Formation Entreprises	Formation de 3 jours	Bruxelles Formation Entreprises rue de Stalle 67 - 1e étage 1180 Bruxelles (Uccle)
<b>Référence de la formation</b>	Jeudi 30 avril 2020 Jeudi 7 mai 2020 Jeudi 14 mai 2020 De 09:00 à 16:30	
C3539		

Particularités



Développement professionnel

## Choisissez votre attitude : soyez proactif !

Le plaisir de prendre des initiatives et d'influencer votre temps de travail

- Objectif**
- Prendre des initiatives
  - Se focaliser sur l'essentiel
  - Passer du mode réactif au mode proactif
  - Se mettre en projet, même si la fin de carrière se profile
  - Se mettre en route suivant un plan d'action
- Programme**
- Qu'entend-on par « Etre proactif » ?
  - En quoi la gestion de vos Modes Mentaux peut-elle vous aider à basculer du non choix de la Réaction au choix de la Pro-Action ?
  - Découverte de votre zone de pouvoir et de vos marges de liberté
  - Définir votre essentiel
  - Vos freins = vos croyances – vos peurs
  - Et si on mettait un peu d'Audace dans la recette ?
  - Exercice pratique autour d'un projet
- Les apports théoriques : Stephen Covey, Viktor Frankl et l'Approche Neuro Cognitive
- Méthodes** Formation très interactive. Peu d'apports théoriques, exercices permettant de se connecter au plaisir d'être acteur de sa vie et à l'audace de prendre des initiatives. Légèreté et dynamisme au rendez-vous. Jeux Thiagi.
- Formateur** Marie CHATELLE  
Coach et constellatrice en organisation - formée à l'Analyse Transactionnelle, l'Approche Neuro Cognitive, organise régulièrement des ateliers sur la procrastination.
- Public cible** Tout public - et public à risque

Organisé par	Quand	Où
Dream & Dare	Formation de 1 jour	TERRE-REVES asbl
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 21 septembre 2020	1762B chaussée de Wavre
C3545	De 09:30 à 16:30	1160 Bruxelles (Auderghem)

Particularités



Développement professionnel

## Être acteur de changement

Se positionner au sein d'un changement organisationnel

- Objectif**
- Développer une posture d'acteur de changement
  - Se positionner au sein du changement organisationnel
  - Analyser les forces, faiblesses, opportunités, dangers
  - Développer des stratégies favorables au changement
- Programme**
- Être « Acteur »
    - ✓ Prendre conscience des structures et des conditionnements
    - ✓ Se connaître
    - ✓ Se positionner dans l'organisation
    - ✓ Être stratège
  - Analyser l'organisation
    - ✓ Analyse organisationnelle
    - ✓ Analyse stratégique
    - ✓ Mobiliser ses propres ressources et celles de l'organisation
  - Agir pour le changement
    - ✓ Sortir des conditionnements
    - ✓ Utiliser ses propres forces
    - ✓ Gérer ses propres faiblesses
    - ✓ Saisir les opportunités présentes dans l'environnement
    - ✓ Identifier les dangers et développer des stratégies
- Méthodes**
- La méthodologie de la formation se base sur la présentation de concepts-outils qui viennent éclairer des situations concrètes présentées par les participants. Le formateur encourage donc les échanges entre participants par des tours de table, de la réflexion en sous-groupe sur des situations concrètes éclairées par les concepts présentés, le retour des analyses en groupe complet. Par le biais de ces analyses de situations, les participants pourront évaluer leur compréhension des concepts-outils. Le fait d'analyser les situations apportées par les participants facilite également le transfert de l'apprentissage au terrain de chacun d'entre-eux.
- Formateur**
- Sylvain CIGNA  
Sociologue et Assistant en psychologie de formation, il a principalement développé sa pratique à partir de la pensée complexe d'Edgar Morin, la systémique et la psychologie analytique C.G. Jung.
- Public cible**
- Professionnels souhaitant participer activement aux changements que connaissent leurs organisations non-marchandes en développant une posture d'acteur de changement

Organisé par	Quand	Où
Agenc'MondeS asbl	Formation de 3 jours	Catarina Meeting Rooms rue Melsens, 15 1000 Bruxelles
<b>Référence de la formation</b>	Vendredi 20 mars 2020	
C3547	Vendredi 3 avril 2020 Vendredi 24 avril 2020 De 09:00 à 16:00	

Particularités



Développement professionnel

## Comment améliorer l'estime de soi

Vivre en harmonie avec soi-même et les autres

- Objectif** - Améliorer sa propre estime de soi et de soutenir les autres en ce sens
- Programme** L'estime de soi est essentielle dans la construction de la personnalité dont elle reste une dimension susceptible de changement en relation avec les expériences de vie.
- Elle se développe de deux manières :
- De l'extérieur comme ce que les autres disent de nous, comment nous sommes évalués et appréciés par les autres. Si nous donnons beaucoup de pouvoir aux autres sur nous, leurs jugements nous atteignent davantage.
  - De l'intérieur par notre capacité à dépasser les obstacles, les épreuves, l'ignorance.
- L'estime de soi a besoin d'être alimentée tout au long de l'existence.
- Elle est nourrie par trois piliers interdépendants :
- L'amour de soi : se respecter en toutes circonstances et être capable d'écouter ses propres besoins et ses aspirations
  - La vision de soi : avoir foi en ses qualités, connaître ses défauts et concevoir une image positive de soi dans le futur
  - La confiance en soi : être capable d'agir de manière juste sans peur d'échouer ou d'être jugé. Notons que des parents trop dénigrants mais aussi trop protecteurs et gratifiants ne permettent pas à leur enfant d'avoir confiance en lui
- Méthodes** Les deux journées de séminaire nous éclairent sur les aspects subtils de cette thématique et proposent des solutions pour arriver à mieux vivre en harmonie avec soi-même et avec les autres. Nous explorons les outils efficaces pour aider les autres à changer et améliorer leur estime de soi.
- Formateur** Nele LAVACHERY  
Formatrice en communication, méthode Gordon
- Public cible** Professionnels du secteur non marchand

Organisé par	Quand	Où
Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	Formation de 2 jours	LEEP rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles
<b>Référence de la formation</b>	Mardi 26 mai 2020 Mardi 2 juin 2020	
C3549	De 09:30 à 16:30	

Particularités



Développement professionnel

## Comment améliorer l'estime de soi

Vivre en harmonie avec soi-même et les autres

- Objectif** - Améliorer sa propre estime de soi et de soutenir les autres en ce sens
- Programme** L'estime de soi est essentielle dans la construction de la personnalité dont elle reste une dimension susceptible de changement en relation avec les expériences de vie.
- Elle se développe de deux manières :
- De l'extérieur comme ce que les autres disent de nous, comment nous sommes évalués et appréciés par les autres. Si nous donnons beaucoup de pouvoir aux autres sur nous, leurs jugements nous atteignent davantage.
  - De l'intérieur par notre capacité à dépasser les obstacles, les épreuves, l'ignorance.
- L'estime de soi a besoin d'être alimentée tout au long de l'existence.
- Elle est nourrie par trois piliers interdépendants :
- L'amour de soi : se respecter en toutes circonstances et être capable d'écouter ses propres besoins et ses aspirations
  - La vision de soi : avoir foi en ses qualités, connaître ses défauts et concevoir une image positive de soi dans le futur
  - La confiance en soi : être capable d'agir de manière juste sans peur d'échouer ou d'être jugé. Notons que des parents trop dénigrants mais aussi trop protecteurs et gratifiants ne permettent pas à leur enfant d'avoir confiance en lui
- Méthodes** Les deux journées de séminaire nous éclairent sur les aspects subtils de cette thématique et proposent des solutions pour arriver à mieux vivre en harmonie avec soi-même et avec les autres. Nous explorons les outils efficaces pour aider les autres à changer et améliorer leur estime de soi.
- Formateur** Nele LAVACHERY  
Formatrice en communication, méthode Gordon
- Public cible** Professionnels du secteur non marchand

Organisé par	Quand	Où
Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	Formation de 2 jours	LEEP rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles
<b>Référence de la formation</b>	Mardi 26 mai 2020 Mardi 2 juin 2020	
C3549	De 09:30 à 16:30	

Particularités



Développement professionnel

## Réagir à l'agressivité en milieu professionnel

Quand la confrontation au public devient une source de souffrance

- Objectif** - Permettre aux participants de s'approprier des outils pour mieux réagir face à l'agressivité d'autrui et mieux faire face aux émotions suscitées par ces situations difficiles
- Programme**
- Mieux comprendre l'agressivité : facteurs déclencheurs et circonstances aggravantes
  - Se connaître face à l'agressivité : nous ne sommes pas tous égaux face à l'agressivité
  - Ses propres réactions de colère : comment ne pas contre-attaquer et exprimer avec justesse ses sentiments et ses besoins ?
  - Les « allergies » relationnelles : pourquoi sommes-nous irrités par certains comportements ?
  - Comment éviter de « mettre le feu aux poudres » ? : prévenir vaut mieux que guérir
  - Désamorcer l'agressivité : améliorer sa communication et son attitude
  - Se protéger : comment contre-argumenter sans escalader ni « se laisser faire » ?
  - Récupérer après une agression verbale : gérer les émotions et sensations désagréables.
- Méthodes**
- Exercices pratiques et mises en situation à partir des attentes et des expériences de terrain vécues
  - Identification et clarification des difficultés et des ressources
  - Apports théoriques et échanges
- Formateur** Sabine MULLER  
Formatrice, comédienne et psychothérapeute spécialisée dans l'approche systémique de l'école de Palo Alto
- Public cible** Travailleurs du secteur non marchand

Organisé par	Quand	Où
Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	Formation de 3 jours	LEEP rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles
<b>Référence de la formation</b>	Jeudi 7 mai 2020	
C3657	Jeudi 12 mai 2020 Jeudi 19 mai 2020 De 09:30 à 16:30	

Particularités



Gestion de l'agressivité

## Comment travailler avec l'agressivité

L'agressivité, une occasion de travailler...

Objectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier son système de valeur et d'en analyser l'influence sur l'intervention en situation de manifestation d'agressivité</li> <li>- Définir les notions d'agressivité et de violence, d'autorité et de pouvoir intervenant dans des situations d'agressivité et de les mobiliser dans une analyse</li> <li>- Identifier son vécu face à des manifestations d'agressivité dans le but d'adapter son comportement</li> <li>- Identifier dans une logique systémique les éléments déterminants dans la manifestation d'agressivité afin d'en décoder le sens et d'y répondre adéquatement</li> <li>- Identifier et de mobiliser les différentes ressources dont le professionnel dispose afin de prévenir et d'accueillir l'agressivité des jeunes</li> </ul>
Programme	<p>Beaucoup de professionnels sont confrontés à l'agressivité de leur public. La représentation et la perception qu'on les intervenants de ces comportements sont déterminantes dans la prévention et la gestion de ceux-ci. Le sentiment d'efficacité personnel de l'adulte quant à sa capacité de faire face à de telles situations va induire une posture susceptible d'envenimer ou d'apaiser les événements. C'est pourquoi l'apprentissage de savoirs, savoir-faire et savoir-être permet de prévenir, mais aussi d'accueillir l'agressivité comme une occasion de travail et de création de lien et non de rupture.</p>
Méthodes	<p>Cette formation prend appui sur les représentations des apprenants. Celles-ci sont considérées comme les points d'ancrage nécessaires à l'élaboration d'un contenu nouveau et à l'apprentissage de postures adéquates.</p>
Formateur	<p>Sylvain CIGNA</p> <p>Sociologue et Assistant en psychologie de formation, il a principalement développé sa pratique à partir de la pensée complexe d'Edgar Morin, la systémique et la psychologie analytique C.G. Jung. Durant sa carrière, il a fréquenté le monde de l'enseignement, les secteurs du handicap, de l'aide à la jeunesse, de la santé mentale et la gestion d'entreprise à orientation sociale. Il est actuellement directeur d'un service résidentiel dans l'aide à la jeunesse et intervient comme Coach, Formateur et Conférencier.</p>
Public cible	<p>Travailleurs du secteur non marchand de tous les secteurs concernés par l'agressivité des jeunes</p>

Organisé par	Quand	Où
Agenc'MondeS asbl	Formation de 3 jours	Catarina Meeting Rooms rue Melsens, 15 1000 Bruxelles
<b>Référence de la formation</b>	Judi 24 septembre 2020	
C3655	Vendredi 9 octobre 2020 Vendredi 23 octobre 2020 De 09:00 à 16:00	

Particularités



Gestion de l'agressivité

## Gestion de la violence et de l'agressivité dans les relations avec les publics

La compréhension et l'agir efficaces face à la violence et l'agressivité

- Objectif**
- Décoder le processus de violence, d'agressivité dans la relation avec les publics
  - Analyser les formes de violence; les nommer
  - Gérer ses émotions dans les situations de crise, retrouver sa place d'intervenant
  - Produire des techniques individuelles/collectives pour traiter, prévenir la violence et l'agressivité
  - Retrouver de la sérénité dans son intervention
- Programme** La formation comporte 7 étapes complémentaires :
- Analyser une situation de violence selon une méthodologie des « 3 L »
  - Analyser le processus de violence selon une méthodologie de « capital de violence subie ».
  - Particularités et modes d'expressions de la violence et de l'agressivité
  - Retrouver une place dans l'interaction lorsque l'on est sujet d'une violence adressée.
  - Comment dire la violence subie ? Comment l'expliquer à ses collègues, sa hiérarchie ? Comment éviter les phénomènes de banalisation ?
  - Pratiques de réduction des risques et de prévention
  - Evaluation et synthèse de la formation
- Méthodes**
- Chacune des 7 étapes sera composée de :
    - ✓ mises en situations proposées (groupe ou formateur) à partir du vécu
    - ✓ exercices pratiques mobilisant la dimension verbale/non verbale
    - ✓ exposés conceptuels adaptés et pragmatiques
  - Invitation à tester des techniques d'intervention et à resituer ces techniques au regard du contexte d'intervention
  - Un Power Point présentera en synthèse les modules
  - Un syllabus sera distribué aux participants
- Formateur** Emmanuel NICOLAS
- Titulaire d'un master en anthropologie, systémicien et intervenant psycho-social, enseignant à l'UCL et la HELHa. Intervenant senior en matière de développement de compétences, gestion de l'agressivité et de la violence, clinique de la santé mentale en contexte de précarité, communication interculturelle, travail en réseau, intervention psychosociale de proximité...
- Public cible** Toute personne désireuse de comprendre et d'agir dans le quotidien de ses fonctions professionnelles face aux situations d'agressivité et de violence dont il est témoin ou sujet.

Organisé par	Quand	Où
STICS	Formation de 3 jours Mardi 6 octobre 2020 Mardi 13 octobre 2020 Mardi 20 octobre 2020 De 09:30 à 16:30	STICS boulevard Lambermont 32 1030 Bruxelles (Schaerbeek)
<b>Référence de la formation</b>		
C3658		

Particularités



Gestion de l'agressivité

## Gérer ses émotions, sensations et sentiments en milieu professionnel

- Objectif**
- Différencier émotion, sensation et sentiments
  - Reconnaître les différents sentiments. Identifier les causes et effets
  - Identifier l'énergie positive et constructive derrière chaque sentiment
  - Apprendre à utiliser cette énergie respectueusement pour soi et avec l'autre
  - Apprendre à parler des émotions pour désamorcer les situations difficiles
- Programme** Thématique : le savoir-faire émotionnel permet d'apprendre que les émotions confèrent de la puissance et de l'énergie, favorisent la construction de liens profonds et induisent un travail fructueux et valorisant.
- Contenu**
- Différencier émotion, sensation et sentiments
  - Compréhension des effets sur notre corps, sur nos réactions intellectuelles et relationnelles
  - Reconnaître les différents sentiments
  - Identifier les causes et effets
  - Identifier l'énergie positive et constructive derrière chaque sentiment
  - Apprendre à utiliser cette énergie respectueusement pour soi et avec l'autre
  - Elargir la conscience aux flux et reflux des émotions autour de soi, comprendre qu'elles interagissent
  - Apprendre à en parler pour désamorcer les situations difficiles
- Méthodes** Méthodologie
- Mises en situations, exercices pratiques individuels, en sous-groupe
  - Réponses aux besoins spécifiques exprimés par les aides familiales en fonction de leur réalité de terrain
- Support pédagogique
- Des notes récapitulatives (théorie, schémas, exercices) seront remises aux participants
- Formateur** Sophie DEVUYST  
Formatrice en communication et relations humaines
- Public cible** Toutes les personnes des fonds sont bienvenues

Organisé par	Quand	Où
EPE – Emancipe asbl	Formation de 2 jours	EPE – Emancipe asbl rue de Stalle 96 1180 Bruxelles (Uccle)
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 8 juin 2020	
C3583	Mardi 9 juin 2020 De 09:30 à 16:30	

Particularités



Gestion des émotions et du stress

## Techniques de relaxation et méditation en prévention du stress

- Objectif**
- Identifier les facteurs qui rendent une situation stressante pour soi.
  - Découvrir différentes pistes pour prévenir le mauvais stress et susciter des émotions positives
  - Apprendre à garder ses distances sans perdre son empathie
  - Apprendre à (di-)gérer le stress et les émotions par l'approche psychocorporelle de la « relaxation-méditative »
- Programme**
- Partir de et revenir à la réalité de terrain des travailleurs à travers diverses approches corporelles et techniques de relaxation/méditation afin de gérer les émotions et le stress.
- Exercices de méditation (type pleine conscience), relaxation profonde et de stabilisation de la conscience. La conscience du corps à travers le balayage corporel, l'ancrage dans l'ici-maintenant à travers la concentration sur la respiration, la méditation concentrative & ouverte, la métacognition, etc.
- Méthodes**
- Nombreux temps de pratique
  - Démonstration du « pouvoir » du non-agir à partir de vécus problématiques
  - Jeux de rôles
  - Travail en sous-groupes
  - Partage d'expérience en groupe d'intervision/supervision
- Formateur**
- Julien DUPUIS
- Formateur. Psychologue intégratif trance-disciplinaire en psychologie occidentale et orientale: Systémique, Hypnose et thérapie brève, Emdr, Ethnopsy, Phénoménologie, Thérapie cognitivo-comportementale, Philosophie non-duelle (Bouddhisme), Méditation, Psychothérapeute.
- Public cible**
- Tous travailleurs du secteur non marchand (principalement des travailleurs sociaux)

Organisé par	Quand	Où
COCOON	Formation de 3 jours	Centre de Ressources Pédagogiques Chaussée des Collines, 54 1300 Wavre
<b>Référence de la formation</b>	Jeudi 24 septembre 2020	
C3587	Jeudi 22 octobre 2020 Jeudi 26 novembre 2020 De 09:00 à 16:00	

Particularités



Gestion des émotions et du stress

## Gestion des émotions et du stress dans le contexte professionnel

Repères pour prévenir et mieux gérer le stress du quotidien

Objectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre les mécanismes du stress</li> <li>- Découvrir sa manière propre d'y réagir et d'y faire face</li> <li>- Expérimenter des outils efficaces et variés de gestion du stress et des émotions</li> </ul>
Programme	<p>Réagir calmement lors d'un incident critique, faire face à une agression verbale, écouter un jeune en souffrance, gérer un nouveau groupe, ...</p> <p>Il est normal de vivre des moments de stress. A court terme, le stress peut être moteur. Mais lorsqu'il dure trop longtemps, il risque devenir nocif.</p> <p>Le parcours proposé ici vise à renforcer nos ressources mentales, physiques et émotionnelles.</p> <p>En fonction des besoins des participants, l'accent sera mis sur l'axe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mental : repérer ses priorités, cibler un objectif, observer l'impact des pensées...</li> <li>- émotionnel : accueillir et décoder ses émotions, comprendre leurs fonctions...</li> <li>- physique : respiration, relaxation, automassages, étirements, scan corporel...</li> </ul> <p>En acquérant des réflexes appropriés, nous développerons notre capacité de poser un autre regard sur ce qui nous stresse, d'ajuster nos réactions et ainsi améliorer notre bien-être, notre santé et notre efficacité.</p>
Méthodes	Ce module pratique permet d'expérimenter des outils efficaces pour apprivoiser le stress et les émotions. Les apports théoriques émergent des expériences des participants
Formateur	<p>Rose-Marie BOURGEOIS</p> <p>Responsable et formatrice du secteur Animation de Groupe et Relations Humaines du CFA, instructrice MBSR - Certificat d'Université à la Pleine conscience (Mindfulness/ ULB).</p>
Public cible	Toute personne faisant face à des situations professionnelles difficiles et motivée pour s'impliquer dans une démarche personnelle, ou simplement soucieuse d'améliorer sa qualité de vie au travail

Organisé par	Quand	Où
Centre de Formation d'Animateurs	Formation de 3 jours	Centre Cristal'In Rue Joseph Gos, 54 1420 Braine-l'Alleud
Référence de la formation	Judi 15 octobre 2020 Vendredi 16 octobre 2020	
C3588	Judi 22 octobre 2020 De 09:30 à 16:30	

Particularités



Gestion des émotions et du stress

## Agir face au burnout

- Objectif**
- Organiser et gérer son travail en intégrant les paramètres de l'efficacité et du bien être : attentes réalistes, valeurs personnelles, capacité à se faire entendre, à mettre des limites, acceptation du cadre de travail sans s'oublier personnellement ...
  - Faire face aux émotions lorsqu'on travaille avec des personnes en grande difficulté ou dans la détresse (prise de recul et non indifférence, ressourcement personnel, lieux et moyens pour mettre en mots les difficultés professionnelles trop pénibles...)
  - Réinterroger sa pratique pour améliorer son bien-être personnel ainsi que la qualité de son travail

**Programme** Outre l'exigence de rendement, la difficultés à gérer ses émotions, le sentiment d'inutilité, la baisse de l'estime de soi, les conflits entre les valeurs de la personne et celles de l'institution, les mésententes entre membres de l'équipe... compliquent encore une tâche forcément complexe et riche en sentiments intenses, puisque de fait orientée vers l'aide et la relation humaine.

### **Programme**

- les origines du burnout (la personnalité, l'environnement, la nature du relationnel)
- l'épuisement professionnel
- la dépersonnalisation
- la réduction de l'accomplissement personnel
- confrontation positive: exposer ses difficultés et ses sentiments
- les supports sociaux ou professionnels
- l'acceptation de la responsabilité ( auto-critique)
- diverses méthodes pratiques: gestion du temps, outils de travail nouveaux
- réévaluation positive: redécouvrir des aspects positifs, d'une personne, d'une situation de travail
- la gestion du rapport vie privée/vie professionnelle
- la relation humaine, une relation d'influence qu'il ne faut pas idéaliser

**Méthodes** La formation combine les apports théoriques et la mise en pratique d'outils concrets. Elle se base sur les attentes et apports des participants dans le cadre de séquences d'échanges et de discussions

**Formateur** Caroline RIVIERE  
Psychologue, superviseuse d'équipe dans le domaine non marchand

**Public cible** Les professionnels des secteurs sociaux, éducatifs, paramédicaux

Organisé par	Quand	Où
Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	Formation de 2 jours	LEEP
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 27 avril 2020 Jeudi 30 avril 2020	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles
C3589	De 09:30 à 16:30	

Particularités



Gestion des émotions et du stress

## Initiation à l'électricité

- Objectif**
- Réaliser des travaux élémentaires de maintenance sur une installation électrique, qui ne demandent pas de qualification spécifique, en utilisant l'outillage adéquat et en respectant les règles de sécurité de base
  - Sur base de la délivrance de l'attestation de réussite de l'unité de formation, l'employeur pourra qualifier l'étudiant BA4 (personne avertie des risques électriques, conformément à l'article 47 (revu en 2004) du R.G.I.E.)
- Programme**
- Identifier les dangers de l'électricité
    - ✓ différents types de risques et de situations à risques
    - ✓ conséquences d'accidents
  - Identifier et d'appliquer les principales mesures de prévention et de protection
    - ✓ travail hors tension
    - ✓ équipement individuel et outillage isolé
    - ✓ mesures de protection contre les contacts directs (balisage...)
  - Repérer les protections des différents circuits électriques d'une installation basse tension
  - Vérifier l'état fonctionnel des fusibles et disjoncteurs et de remplacer les fusibles défectueux
  - Remplacer une prise de courant, un interrupteur, une lampe, un accessoire d'éclairage d'une installation électrique domestique ou tertiaire
  - Tenir compte des limites de sa fonction et de ses interventions possibles, et de transmettre des informations à d'autres intervenants (hiérarchie, intervenant extérieur chargé de réaliser des travaux...)
- Méthodes**
- Nécessité de venir avec vêtements de travail et chaussures de sécurité
  - Les autres EPI seront fournis par l'ITSCM
  - Des mises en situation concrètes fréquemment rencontrées lors de l'entretien intérieur et extérieur des installations électriques seront imaginées
  - Les participants réalisent les travaux en utilisant le matériel et l'outillage adéquat. Ils seront entraînés à respecter les règlements spécifiques du secteur de l'électricité
- Formateur**
- Francis VAN NIEUWENHOVEN  
 Electricien, ayant une expérience de 30 ans dans le secteur  
 Formateur et enseignant pour adultes depuis une dizaine d'années
- Public cible**
- Toute personne désireuse de se former à travailler en sécurité avec des composants électriques et sur des installations électriques
  - Tout travailleur qui souhaite ou doit obtenir son BA4

Organisé par	Quand	Où
ITSCM - Cardinal Mercier	Formation de 4 jours	ITSCM Cardinal Mercier boulevard Lambermont 35 1030 Bruxelles (Schaerbeek)
<b>Référence de la formation</b>	Vendredi 2 octobre 2020	
C3800	Vendredi 9 octobre 2020	
	Vendredi 16 octobre 2020	
	Vendredi 23 octobre 2020	
	De 09:00 à 16:30	

Particularités



Hygiène et entretien des locaux et équipements de travail

## Initiation au sanitaire

- Objectif**
- Effectuer l'entretien usuel et de petites réparations :
    - ✓ De différents types de sanitaires : robinet, lavabo, douche, w-c, flush, valve, chasse d'eau...
    - ✓ De différents types de conduits et accessoires d'évacuation : siphon, sterfput...
  - Raccorder un appareil sanitaire à des canalisations de distribution et évacuation
  - Identifier et diagnostiquer des problèmes liés à l'eau (chauffe-eau, canalisations rouillées, évacuations mal reliées... en vue d'éviter tout incident dans ce domaine
  - Apprendre à travailler avec les outils et produits adéquats en respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- Programme**
- Réaliser un travail d'entretien ou de dépannage sur un sanitaire ou bloc sanitaire de manière autonome.
  - Remplacer un joint, une tête de robinet, de remplacer un siphon, réparer une chasse d'eau, de remplacer une cuvette de WC
  - Placer un WC suspendu, d'ajouter un évier à une installation existante...
- Méthodes**
- Toute la formation se donne en atelier. Le participant viendra à la formation muni de vêtements de travail et de chaussures de sécurité. L'outillage et les EPI spécifiques seront fournis.
- Formateur**
- Michel POELMANS  
Sanitariste-chauffagiste indépendant. Enseignant à l'ITSCM – section monteur sanitaire chauffagiste, cours du soir.
- Public cible**
- Toute personne chargée de l'entretien des bâtiments qui souhaite devenir autonome dans la maintenance de base en sanitaire.
  - Cette formation s'adresse tant à des technicien(ne)s de surface qu'à des ouvriers du bâtiment qui souhaitent acquérir une plus grande polyvalence.

Organisé par	Quand	Où
ITSCM - Cardinal Mercier	Formation de 4 jours	ITSCM Cardinal Mercier boulevard Lambermont 35 1030 Bruxelles (Schaerbeek)
<b>Référence de la formation</b>	Vendredi 20 novembre 2020 Vendredi 27 novembre 2020 Vendredi 4 décembre 2020 Vendredi 11 décembre 2020	
C3801	De 09:00 à 16:30	

Particularités



Hygiène et entretien des locaux et équipements de travail

## Cours de connaissance de base pour conseiller en prévention

Le B-A BA de la prévention ou tout ce que vous devriez savoir sur le bien-être au travail

- Objectif**
- Appréhender, analyser et prévenir les risques présents dans sa pratique professionnelle journalière
  - Identifier les situations problématiques et faire remonter l'information vers les personnes compétentes (service de prévention)
- Programme**
- Le programme du CRESEPT a été construit de manière à donner aux participants un aperçu complet des exigences imposées par la réglementation. Au cours des différentes séances, ceux-ci auront donc l'occasion de se familiariser avec des notions telles que l'analyse des risques, les accidents du travail, l'ergonomie (travail sur écran, manutention et facteurs d'ambiance), le risque incendie, la prévention des risques psychosociaux ou encore la santé au travail.
- Le programme s'articule sur 6 jours de 7 heures, ceci afin de répondre aux prescrits du Code (minimum de 40 heures). Il se clôture par une évaluation des connaissances.
- Méthodes**
- Les orateurs privilégient, chaque fois que cela est possible, l'entraînement, les mises en situation et l'acquisition de méthodologies par des techniques actives et adaptées à la vie professionnelle.
- Dans les autres cas, il sera demandé aux enseignants d'étayer leurs exposés par des exemples concrets, d'utiliser des moyens audiovisuels pour illustrer leurs cours et de consacrer le temps nécessaire à l'intervention des participants et à l'échange interactif.
- Formateur**
- Olivier COMPERE (1) - Thierry DENIS (2) - Emmanuel FABIOCCHI (3) - Michaël GRANDEMANGE (4) - Jocelyne KATSHINDA (5) - Bernard LEGROS (6) - Christophe MAES (7) - Thierry MOXHET (8) - Thierry Van Linthoudt (9) - Vinciane VLAYEN (10)
- (1) Conseiller en prévention à la Défense - (2) Formateur et consultant - Gradué en automatisation - Conseiller en prévention Niveau II - (3) Ergonome Niveau I SPMT Arista - (4) Formateur et consultant Cresept - conseiller en prévention Niveau I - (5) Conseillère en prévention en aspects psychosociaux Mensura - Psychologue clinicienne - (6) Formateur Safe Job - Conseiller en prévention Niveau I, coordinateur chantier - (7) conseiller en prévention Niveau I SPMT Arista - (8) Formateur et consultant Cresept - conseiller en prévention Niveau I - (9) Formateur et consultant Cresept - Conseiller en prévention Niveau I - (10) Directrice Cresept - Conseiller en prévention Niveau I
- Public cible**    Tout public

Organisé par	Quand	Où
CRESEPT asbl	Formation de 6 jours	CRESEPT avenue WA Mozart 4 1620 Drogenbos
<b>Référence de la formation</b>	Mardi 4 février 2020	
C3500	Mardi 11 février 2020	
	Mardi 18 février 2020	
	Mardi 3 mars 2020	
	Mardi 10 mars 2020	
	Mardi 17 mars 2020	
	De 08:30 à 16:00	

Particularités



Législation et outils sur le bien-être au travail

## Formation connaissances de base du conseiller en prévention

Objectif	- Acquérir une connaissance suffisante de la législation en matière de bien-être des travailleurs, ainsi que des connaissances techniques et scientifiques nécessaires à l'exercice des activités du conseiller en prévention du service interne
Programme	Le participant acquiert les connaissances de base nécessaires en matière de bien-être au travail et de gestion dynamique des risques. L'attention est consacrée aux aspects pratiques des missions des futurs conseillers en prévention dans le contexte spécifique à l'entreprise : législation en matière de bien-être, accidents de travail, organisation des premiers secours et des soins d'urgence aux victimes, risques spécifiques et méthodes d'analyse de risques, travail avec firmes extérieures et notions de chantiers temporaires ou mobiles, risques psychosociaux, ergonomie, surveillance de santé, hygiène industrielle, incendie.
Méthodes	- Films, présentations powerpoint, recherche législative - Site de l'ABBET et BOBET, exercices pratiques, portfolio
Formateur	Patrick DE HUISSER (1) - Isabelle FLAMEND (2) – Jean-Pierre MARCHAL (3) – Sophie ROMAN (4) – Martine VAN WAAS (5) – Anne-Catherine ZELIS (6) (1) Officier zone de secours du Brabant Wallon (2) Conseiller en prévention de niveau 2 (3) Conseiller en prévention de niveau 1 (4) Infirmière au travail (5) Psychologue et personne de confiance (6) Juriste et psychothérapeute
Public cible	Toute personne intéressée par l'amélioration des conditions de sécurité et de bien-être au travail dans son institution

Organisé par	Quand	Où
CPFB	Formation de 6 jours Vendredi 2 octobre 2020 Vendredi 16 octobre 2020 Vendredi 30 octobre 2020 Vendredi 13 novembre 2020 Vendredi 23 novembre 2020 Vendredi 11 décembre 2020 De 09:00 à 16:45	CPFB rue des Wallons 6 1348 Louvain-la-Neuve
<b>Référence de la formation</b>		
C3764		

Particularités



Législation et outils sur le bien-être au travail

## Formation connaissances de base du conseiller en prévention

- Objectif** - Acquérir une connaissance suffisante de la législation en matière de bien-être des travailleurs, ainsi que des connaissances techniques et scientifiques nécessaires à l'exercice des activités du conseiller en prévention du service interne
- Programme** Le participant acquiert les connaissances de base nécessaires en matière de bien-être au travail et de gestion dynamique des risques. L'attention est consacrée aux aspects pratiques des missions des futurs conseillers en prévention dans le contexte spécifique à l'entreprise : législation en matière de bien-être, accidents de travail, organisation des premiers secours et des soins d'urgence aux victimes, risques spécifiques et méthodes d'analyse de risques, travail avec firmes extérieures et notions de chantiers temporaires ou mobiles, risques psychosociaux, ergonomie, surveillance de santé, hygiène industrielle, incendie.
- Méthodes** - Films, présentations powerpoint, recherche législative  
- Site de l'ABBET et BOBET, exercices pratiques, portfolio
- Formateur** Patrick DE HUISSER (1) - Isabelle FLAMEND (2) – Jean-Pierre MARCHAL (3) – Sophie ROMAN (4) – Martine VAN WAAS (5) – Anne-Catherine ZELIS (6)
- (1) Officier zone de secours du Brabant Wallon  
(2) Conseiller en prévention de niveau 2  
(3) Conseiller en prévention de niveau 1  
(4) Infirmière au travail  
(5) Psychologue et personne de confiance  
(6) Juriste et psychothérapeute
- Public cible** Toute personne intéressée par l'amélioration des conditions de sécurité et de bien-être au travail dans son institution

Organisé par	Quand	Où
CPF	Formation de 6 jours	CPF rue des Wallons 6 1348 Louvain-la-Neuve
<b>Référence de la formation</b>	Vendredi 2 octobre 2020	
	Vendredi 16 octobre 2020	
	Vendredi 30 octobre 2020	
	Vendredi 13 novembre 2020	
C3764	Vendredi 23 novembre 2020	
	Vendredi 11 décembre 2020	
	De 09:00 à 16:45	

Particularités



Législation et outils sur le bien-être au travail

## Pourquoi notre dos en révolte? Comment l'aider?

- Objectif**
- Identifier et évaluer nos comportements, habitudes, fonctionnements, environnement mobilier
  - Découvrir : les rudiments de la dépollution dorsale
  - Expérimenter : des postures oxygénantes et régénérantes
  - Apprendre : la règle des 3A « adopter, adapter, aménager », à tenir, se tenir, porter, se déplacer
  - Analyser /établir : ce qui est à faire/ à ne plus faire, devenir : autonome / le propre acteur de sa santé dorsale/générale
- Programme**
- Voyage en douceur à l'exploration de nos émotions dorsales subdivisé en 3 étapes
  - Résumé de notre vie urbanisée et ses facteurs croisés \* Information sur les situations « problèmes \* Sensibilisation aux dangers et impacts sur notre salubrité dorsale. Echauffement, prise de contact dorsal en individuel et collectif
  - Les conséquences biomécaniques : obésité, troubles musculo-squelettiques
  - Début des postures oxygénantes, notions de respiration dorsale
  - Propositions de solutions durables: nouveau mobilier ergonomique : info ou intox ?
  - Mise en perspective interactive de résolutions accompagnées. Elaboration d'une écologie corporelle personnelle à entretenir à domicile.»Réponses en mouvement aux défis de l'immobilité »
- Méthodes**
- Théorie/pratique : power point richement illustré, vidéos, mises en situation avec/sans matériel visant, mobilisation, proprioception, sollicitation
  - Vers une autonomie dorsale durable et de qualité
- Formateur** Olivier DE VOGHEL  
Kinésithérapeute, Coach certifié en Développement Personnel et Relationnel, Moniteur Acrobranche Certifié, Créateur et fondateur d'une Méthode de santé, de conscience corporelle et de bien-être par le mouvement
- Public cible** Tout public

Organisé par	Quand	Où
COCOON	Formation de 1 jour	Op-Weule rue Saint Lambert 91 1200 Bruxelles (Woluwé - Saint-Lambert)
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 30 mars 2020	
C3525	De 09:00 à 16:00	

Particularités



Prévention des lombalgies et ergonomie

## Risques psychosociaux au travail : rôle de chacun et procédures internes

Objectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Définir et détecter les risques psychosociaux</li> <li>- Appréhender le rôle de chaque acteur, en particulier le sien</li> <li>- Spécifier quelles sont les différentes formes d'analyse des risques psychosociaux</li> <li>- Expliquer les procédures internes (formelle et informelle) auxquelles il peut être fait appel lorsque l'on estime subir un dommage lié aux RPS</li> <li>- Proposer des mesures de prévention simples</li> </ul>
Programme	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cette formation vous informera sur la législation relative au bien-être au travail (code du bien-être au travail, domaines du bien-être au travail, acteurs du bien-être au travail, principes de prévention...)</li> <li>- Plus spécifiquement, elle vise à vous présenter tout ce qu'il faut savoir sur la prévention des risques psychosociaux au travail (RPS) : que sont les RPS, le harcèlement moral, le harcèlement sexuel ou la violence au travail ? Et le stress, le burnout, les conflits ?</li> <li>- Que faire pour les éviter (prévention) ?</li> <li>- Que faire s'ils sont déjà présents ? (procédure informelle et formelle, registre des faits de tiers, analyses des risques psychosociaux...)</li> <li>- Quel est le rôle de chacun ?</li> <li>- Et moi ? Que puis-je faire ? Pour moi-même ? Pour les autres ?</li> <li>- Quelles mesures de prévention pourraient être prises dans mon organisation ?</li> </ul>
Méthodes	Le dialogue formatif, la mise en situation, l'analyse de situations amenées par le groupe seront au cœur de la démarche formative
Formateur	Valérie LEBRUN Coach, formatrice et conseiller en prévention spécialisé dans les aspects psychosociaux du travail.
Public cible	Tout public

Organisé par	Quand	Où
CFIP	Formation de 1 jour Jeudi 20 février 2020 De 09:30 à 17:00	CFIP avenue Gribaumont 153 1200 Bruxelles (Woluwe - Saint-Lambert)
<b>Référence de la formation</b>		
C3504		

Particularités



Prévention des risques psychosociaux

## Mieux gérer les conflits de valeurs

Conflit de valeurs : qu'en faire ?

**Objectif**

- Amener les participants à s'interroger sur la place occupée par leurs valeurs dans la vie quotidienne et leur activité professionnelle ou militante
- Clarifier ses propres valeurs, les assumer et augmenter sa cohérence personnelle
- Interagir mieux, plus authentiquement et plus efficacement, lorsque les valeurs respectivement de chacun entrent en collision

**Programme** Nous sommes très attachés à nos valeurs. Elles sous-tendent nombre de nos attitudes et sont à l'origine de beaucoup de malentendus et de conflits du quotidien.

Mais au fait, qu'est-ce qu'une valeur ? Quelles sont les miennes ? Quelles sont celles de l'institution dans laquelle je travaille, celles du public auquel je m'adresse ?

- Comment vivre et travailler ensemble si on ne partage pas les mêmes valeurs ?
- Quel rôle jouent mes valeurs dans ma vie quotidienne et ma pratique professionnelle ?
- Comment faire pour accepter des valeurs différentes ?
- Mes pratiques éducatives, mes animations, mes actes quotidiens sont-ils en adéquation avec mes valeurs ?
- Comment exprimer mes valeurs et les transmettre avec déontologie et dans le plein respect d'autrui ? Telles sont les questions qui font l'objet de la formation.

### Contenu

- Quelques définitions (valeur, échelle de valeurs, jugements de valeurs) valeur
- Distinction entre émotions, valeurs et besoins
- Clarifications personnelles
- Résoudre un conflit de valeurs

**Méthodes** Le contenu de la formation découle de l'expérience des participants, de leurs réactions et de leurs besoins. Les méthodes d'animation employées se composent d'un ensemble équilibré de mises en situation, d'exposés, de réflexions individuelles, d'échanges en groupe et d'exercices écrits.

**Public cible** Tout professionnel du secteur non marchand

Organisé par	Quand	Où
Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	Formation de 2 jours	LEEP
<b>Référence de la formation</b>	Jeudi 8 octobre 2020	rue de la Fontaine 2
C3578	Vendredi 16 octobre 2020	1000 Bruxelles
	De 09:30 à 16:30	

Particularités



Prévention et gestion des conflits

## Initiation à la prévention incendie

La prévention et la gestion des risques liés au feu en pratique

- Objectif**
- Dépister les dangers d'incendie
  - Connaître les risques inhérents à un incendie, avoir la capacité de les éviter et de les limiter
  - Connaître les moyens d'intervention qui sont généralement dans son environnement immédiat de travail
  - Utiliser les moyens de lutte contre le feu
- Programme**
- Approche de la réglementation et des normes en matière de prévention des incendies
  - Le « Plan Interne d'urgence » - cadre de gestion d'un incendie
  - Mesures de prévention passives et actives dans l'entreprise
  - Le phénomène du feu : Le triangle du feu - La propagation du feu : « Flashover » et « Back Draft »
  - Les classes de feu en relation avec les moyens d'extinction
  - Les différents moyens matériels d'extinctions, leur fonctionnement et leur maniement :
    - ✓ Couverture anti feu (feu de friteuse)
    - ✓ Extincteur poudre (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
    - ✓ Extincteur CO<sup>2</sup> (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
    - ✓ Extincteur Mousse (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
    - ✓ Dévidoir (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
  - Préparation à l'évacuation (Préparation et exécution des exercices - consignes - alerte – alarme)
  - Signalisation de sécurité spécifique à l'incendie et à l'évacuation - Procédure d'évacuation
  - Déroulement d'une évacuation et technique d'évacuation de victimes
  - Rôle et réaction des équipiers de première intervention (approche du sinistre, ouverture d'une porte...)
  - Exercices d'utilisation des extincteurs avec Fire-trainer
- Méthodes**
- Cette formation comporte un volet théorique et un volet pratique. La partie théorique (matin) est donnée sur base d'un « power point » avec des illustrations, des séquences vidéo et des démonstrations à l'aide de matériel didactique (coupe d'extincteurs ...). La partie pratique (après-midi) comportera des exercices individuels d'extinction des feux avec un fire trainer (petit camion feu).
- Formateur**
- Thierry MOXHET (1) - Thierry VAN LINTHOUDT (2)
- (1) Formateur et consultant CRESEPT - Conseiller en prévention Niveau I
- (2) Formateur et consultant CRESEPT - Conseiller en prévention Niveau II
- Public cible**
- Cette formation s'adresse à toutes les personnes d'une entreprise

Organisé par	Quand	Où
CRESEPT asbl	Formation de 1 jour Lundi 11 mai 2020 De 09:00 à 16:00	CRESEPT avenue WA Mozart 4 1620 Drogenbos
<b>Référence de la formation</b>		
C3523		

Particularités



Prévention incendie

## Initiation à la prévention incendie

### La prévention et la gestion des risques liés au feu en pratique

- Objectif**
- Dépister les dangers d'incendie
  - Connaître les risques inhérents à un incendie, avoir la capacité de les éviter et de les limiter
  - Connaître les moyens d'intervention qui sont généralement dans son environnement immédiat de travail.
  - Utiliser les moyens de lutte contre le feu
- Programme**
- Approche de la réglementation et des normes en matière de prévention des incendies
  - Le « Plan Interne d'urgence » - cadre de gestion d'un incendie
  - Mesures de prévention passives et actives dans l'entreprise
  - Le phénomène du feu : Le triangle du feu - La propagation du feu : « Flashover » et « Back Draft »
  - Les classes de feu en relation avec les moyens d'extinction
  - Les différents moyens matériels d'extinctions, leur fonctionnement et leur maniement :
    - ✓ Couverture anti feu (feu de friteuse)
    - ✓ Extincteur poudre (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
    - ✓ Extincteur CO<sup>2</sup> (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
    - ✓ Extincteur Mousse (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
    - ✓ Dévidoir (manipulation, fonctionnement, efficacité...)
  - Préparation à l'évacuation (Préparation et exécution des exercices - consignes - alerte – alarme)
  - Signalisation de sécurité spécifique à l'incendie et à l'évacuation - Procédure d'évacuation
  - Déroulement d'une évacuation et technique d'évacuation de victimes
  - Rôle et réaction des équipiers de première intervention (approche du sinistre, ouverture d'une porte...)
  - Exercices d'utilisation des extincteurs avec Fire-trainer
- Méthodes**
- Cette formation comporte un volet théorique et un volet pratique. La partie théorique (matin) est donnée sur base d'un « power point » avec des illustrations, des séquences vidéo et des démonstrations à l'aide de matériel didactique (coupe d'extincteurs...). La partie pratique (après-midi) comportera des exercices individuels d'extinction des feux avec un fire trainer (petit camion feu).
- Formateur**
- Thierry MOXHET (1) - Thierry VAN LINTHOUDT (2)  
(1) Formateur et consultant CRESEPT - Conseiller en prévention Niveau I  
(2) Formateur et consultant CRESEPT - Conseiller en prévention Niveau II
- Public cible**
- Cette formation s'adresse à toutes les personnes d'une entreprise (Conseillers en prévention – Chefs d'entreprises – Membres du comité – Ligne hiérarchique – Travailleurs).

Organisé par	Quand	Où
CRESEPT asbl	Formation de 1 jour	CRESEPT
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 8 juin 2020	avenue WA Mozart 4
C3520	De 09:00 à 16:00	1620 Drogenbos

Particularités



Prévention incendie

## Initiation à la prévention incendie

### La prévention et la gestion des risques liés au feu en pratique

Objectif	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dépister les dangers d'incendie</li><li>- Connaître les risques inhérents à un incendie, avoir la capacité de les éviter et de les limiter</li><li>- Connaître les moyens d'intervention qui sont généralement dans son environnement immédiat de travail.</li><li>- Utiliser les moyens de lutte contre le feu</li></ul>
Programme	<ul style="list-style-type: none"><li>- Approche de la réglementation et des normes en matière de prévention des incendies</li><li>- Le « Plan Interne d'urgence » - cadre de gestion d'un incendie</li><li>- Mesures de prévention passives et actives dans l'entreprise</li><li>- Le phénomène du feu : Le triangle du feu - La propagation du feu : « Flashover » et « Back Draft »</li><li>- Les classes de feu en relation avec les moyens d'extinction</li><li>- Les différents moyens matériels d'extinctions, leur fonctionnement et leur maniement :<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Couverture anti feu (feu de friteuse)</li><li>✓ Extincteur poudre (manipulation, fonctionnement, efficacité...)</li><li>✓ Extincteur CO<sup>2</sup> (manipulation, fonctionnement, efficacité...)</li><li>✓ Extincteur Mousse (manipulation, fonctionnement, efficacité...)</li><li>✓ Dévidoir (manipulation, fonctionnement, efficacité...)</li></ul></li><li>- Préparation à l'évacuation (Préparation et exécution des exercices - consignes - alerte – alarme)</li><li>- Signalisation de sécurité spécifique à l'incendie et à l'évacuation - Procédure d'évacuation</li><li>- Déroulement d'une évacuation et technique d'évacuation de victimes</li><li>- Rôle et réaction des équipiers de première intervention (approche du sinistre, ouverture d'une porte...)</li><li>- Exercices d'utilisation des extincteurs avec Fire-trainer</li></ul>
Méthodes	Cette formation comporte un volet théorique et un volet pratique. La partie théorique (matin) est donnée sur base d'un « power point » avec des illustrations, des séquences vidéo et des démonstrations à l'aide de matériel didactique (coupe d'extincteurs...). La partie pratique (après-midi) comportera des exercices individuels d'extinction des feux avec un fire trainer (petit camion feu).
Formateur	Thierry MOXHET (1) - Thierry VAN LINTHOUDT (2) (1) Formateur et consultant CRESEPT - Conseiller en prévention Niveau I (2) Formateur et consultant CRESEPT - Conseiller en prévention Niveau II
Public cible	Cette formation s'adresse à toutes les personnes d'une entreprise (Conseillers en prévention – Chefs d'entreprises – Membres du comité – Ligne hiérarchique – Travailleurs).

Organisé par	Quand	Où
CRESEPT asbl	Formation de 1 jour Lundi 12 octobre 2020 De 09:00 à 16:00	CRESEPT avenue WA Mozart 4 1620 Drogenbos
Référence de la formation		
C3522		

### Particularités



Prévention incendie

## Formation de premiers secours aux enfants

- Objectif**
- Analyser une situation d'urgence
  - Appel des secours
  - Réaliser une réanimation de base pédiatrique
  - Utiliser un défibrillateur externe automatisé
  - Appliquer les premiers soins ad hoc à votre environnement
- Programme** 12 heures de formation réparties comme suit :
- 2h de Réanimation de base pédiatrique + défibrillation : Entraînement au massage cardiaque externe et aux insufflations via du travail sur mannequin enfant et bébé + utilisation d'un défibrillateur externe automatisé
  - 10h de Premiers Soins : Sur base de mises en situation, nous parcourons les accidents les plus courants dans votre établissement
  - + Séance de questions-réponses et Temps de partage (cas survenus pendant l'année écoulée)
- Méthodes** Cette formation dynamique et interactive est basée sur des exercices pratiques, où différentes situations d'urgence sont envisagées. Une méthodologie par petits groupes permet d'évoluer au rythme de chacun, tout en restant à l'écoute de vos questions.
- Formateur** Simon VERDONCK  
 Coordinateur pédagogique LFBS. AESS en éducation physique. Directeur de cours BLS-AED pour le Conseil européen de la réanimation.
- Public cible** Les secteurs en contact régulier avec les enfants et nourrissons

Organisé par	Quand	Où
Ligue francophone belge de sauvetage asbl	Formation de 2 jours	Centre sportif Adepts de Blocry Place des Sports 3 1348 Louvain-la-Neuve
<b>Référence de la formation</b>	Vendredi 8 mai 2020 Vendredi 15 mai 2020	
C3746	De 09:00 à 16:00	

Particularités



## Formation aux premiers secours aux enfants (avec module de réanimation et usage du défibrillateur)

Sensibilisation aux premiers soins aux enfants en 12h

- Objectif**
- Réagir et porter secours lorsqu'un enfant est victime d'un malaise ou d'un accident
  - Commencer une réanimation cardio-pulmonaire avec ou sans défibrillateur sur un enfant avant l'arrivée des secours
  - Adopter les principaux réflexes lors des malaises et accidents les plus fréquemment rencontrés chez l'enfant
  - Désobstruer un enfant conscient
  - Placer en position latérale de sécurité un enfant si nécessaire
- Programme**
- Les règles essentielles d'intervention adaptées aux enfants
  - L'approche de l'enfant conscient et inconscient
  - La technique de la position latérale de sécurité (PLS)
  - La technique de désobstruction
  - Les principaux gestes et réflexes à adopter pour réagir efficacement face aux accidents et malaises les plus fréquemment rencontrés
  - Le contenu utile d'une trousse de secours
  - La technique de réanimation cardio-pulmonaire avec ou sans défibrillateur
- Méthodes** Mises en situation pratique et exposés interactifs
- Formateur** Pierre RAUCY  
Plus de 7 années d'expérience dans le domaine de la formation en secourisme et une expérience pertinente en tant que formateur pour modules destinés aux professionnels de la petite enfance. Pierre est formateur agréé par le SPF Emploi Travail et Concertation sociale
- Public cible** Tout travailleur ayant en charge l'encadrement d'enfants ou d'un groupe d'enfants.

Organisé par	Quand	Où
Croix-Rouge de Belgique	Formation de 2 jours	Croix Rouge de Belgique rue de Stalle 96 1180 Bruxelles (Uccle)
<b>Référence de la formation</b>	Lundi 4 mai 2020	
C3757	Mardi 5 mai 2020 De 09:00 à 16:00	

Particularités



Secourisme

## Sensibilisation aux premiers soins auprès des enfants

- Objectif**
- Analyser une situation d'urgence
  - Appel des secours
  - Réaliser une réanimation de base pédiatrique
  - Appliquer les premiers soins les plus courants dans votre établissement
  - Agir avec efficacité sang froid
- Programme** 6 heures de formation réparties comme suit :
- 1h de Réanimation de base pédiatrique : Entraînement au massage cardiaque externe et aux insufflations via du travail sur mannequin enfant et bébé
  - 5h de Premiers Soins : Sur base de mises en situation, nous parcourons les accidents les plus courants dans votre établissement
  - + Séance de questions-réponses et Temps de partage (cas survenus pendant l'année écoulée)
- Méthodes**
- Cette formation dynamique et interactive est basée sur des exercices pratiques, où différentes situations d'urgence sont envisagées.
  - Une méthodologie par petits groupes permet d'évoluer au rythme de chacun, tout en restant à l'écoute de vos questions.
- Formateur** Simon VERDONCK  
 Coordinateur pédagogique LFBS. AESS en éducation physique. Directeur de cours BLS-AED pour le Conseil européen de la réanimation.
- Public cible** Les secteurs d'activité en contact régulier avec les enfants et bébés

Organisé par	Quand	Où
Ligue francophone belge de sauvetage asbl	Formation de 1 jour	Centre sportif Adepts de Blocry Place des Sports 3 1348 Louvain-la-Neuve
<b>Référence de la formation</b>	Jeudi 14 mai 2020	
C3751	De 09:00 à 16:00	

Particularités



## Formation pour l'acquisition des compétences électriques BA5

### Je maîtrise les risques électriques

- Objectif**
- Acquérir les qualifications et connaissances techniques nécessaires pour évaluer les risques propres aux travaux à effectuer
  - Prendre les mesures destinées à éviter ou à limiter les risques
- Programme**
- La préparation des travaux (documents nécessaires à la réalisation)
  - Les consignes particulières de sécurité applicables aux différents travaux à effectuer
  - La préparation et la vérification du matériel
  - Le contact avec le dispatching
  - La coupure de sécurité de l'alimentation
  - Le verrouillage de l'organe de coupure
  - La vérification de l'absence de tension
  - La mise à la terre des lignes
  - Le balisage
  - La déconsignation et la mise sous tension de l'installation
  - La mise à disposition des documents de fin de travaux
- Méthodes**
- Chaque fois que cela sera possible, l'orateur étayera son exposé par des exemples concrets, empruntés au secteur de l'entreprise. Il utilisera des moyens audiovisuels pour illustrer son cours et consacra le temps nécessaire à l'intervention des participants et à l'échange interactif.
- Des notes de cours seront remises au début de la formation, notes contenant l'ensemble de la matière abordée ainsi que de la documentation pouvant apporter des informations complémentaires.
- Au terme de la formation, les acquis des participants seront vérifiés au travers d'un test écrit et une attestation de formation leur sera remise afin de permettre à l'employeur de les qualifier BA5.
- Formateur**
- Jacques PROVOST
- Ingénieur en électronique
  - Expert accidents du travail
  - Formateur et consultant dans le domaine de la prévention.
- Public cible**
- Electriciens ou techniciens de maintenance disposant déjà de l'habilitation BA4
  - Conseillers en prévention qui veulent se perfectionner

Organisé par	Quand	Où
CRESEPT asbl	Formation de 1 jour	CRESEPT
<b>Référence de la formation</b>	Vendredi 18 septembre 2020	avenue WA Mozart 4
C3530	De 09:00 à 16:00	1620 Drogenbos

### Particularités



Sécurité au travail





ASSOCIATION  
BRUXELLOISE  
POUR LE BIEN-ÊTRE  
AU TRAVAIL **ABBET**

## CONTACTS

### ABBET

Téléphone général : 02/227.62.02

Mail : [info@abbet.be](mailto:info@abbet.be)

13/15 Square Saintelette 1000 Bruxelles

[www.abbet.be](http://www.abbet.be)

### Formapef

Téléphone 02/229.20.23

Mail : [formation@aefasbl.org](mailto:formation@aefasbl.org)

13/15 Square Saintelette 1000 Bruxelles

[www.aefasbl.org/formapef](http://www.aefasbl.org/formapef)

