

Catalogue des ateliers de prévention et des formations

2026



Association Interprofessionnelle
Santé Travail Béziers

AIST.
PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL
Béziers

Introduction

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

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

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

En tant qu'employeur adhérent, vous avez la possibilité de **faire intervenir nos équipes directement au sein de votre entreprise.**

Nos préventeurs pluridisciplinaires (médecins, infirmiers, ergonomes, techniciens, psychologues, etc.) **se déplacent sur site pour co-construire avec vous un programme de sensibilisations**, adapté à vos besoins, à vos métiers et à vos risques professionnels.

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

**L'équipe pluridisciplinaire
de l'AIST Béziers**

Trouvez l'atelier de prévention qu'il vous faut

Prévention des risques

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

Prévention des risques spécifiques ou métiers

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

Prévention des risques psycho-sociaux (RPS)

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

Santé Mentale

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

Nos Formations

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

Nos Formations Certifiantes et Payantes



Sauveteur Secouriste au Travail - Formation Initiale (2 jours)	34
Sauveteur Secouriste au Travail-Maintien-Actualisation des Compétences (1 jour)	36

Nos Escape Game



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

Prévention des risques





01

Atelier d'échanges de pratiques sur la prévention des risques

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

👁️ Programme

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

Date Lieu

→ Mardi 10 février
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

Prérequis

→ Avoir participé à
un atelier de prévention
de l'AIST Béziers
en 2024 et 2025



02

Accompagnement à l'élaboration du DUERP

DUERP = Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels

Intervenant : Préventeur

👁️ Programme

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

→ Jeudi 15 janvier
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

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

Dates Lieux

→ Mardi 16 juin
de 10h à 12h
(Bédarieux)

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

→ Mardi 17 novembre
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

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

03

Prévention des RPS: Inscrire les RPS dans le DUERP

RPS = Risques Psycho-Sociaux

DUERP = Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels

Intervenants : Psychologue du travail ,
Préventeur

👁 Programme

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

→ Jeudi 2 avril
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Dates Lieux

→ Jeudi 1 octobre
de 14h à 16h
(Bédarieux)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

04

Analyser vos accidents de travail

Intervenants : Préventeur , Personnel Médical

👁 Programme

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

→ Mardi 2 juin
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Date Lieu

→ 15 personnes max.

Infos pratiques

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

Public cible



05

Prévention de la Désinsertion Professionnelle

Intervenants : Représentants de la cellule PDP, Préventeur, Personnel Médical

Programme

- Temps partiel thérapeutique, invalidité, RQTH, visite de pré reprise, aménagement de poste....de la théorie à la pratique.

Dates Lieux

→ **Mardi 10 mars**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE



06

Escape Game Troubles musculo-squelettiques (TMS)



Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

→ 3 à 6 personnes max.
→ Durée : 2h

Public cible

→ Salariés
ou dirigeants
→ Membres du CSE



07

Communication non verbale (module 1)

Intervenant : Formateur

👁️ Programme

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

🕒 Infos pratiques

→ 15 personnes max.

👤 Public cible

- Dirigeants
- Salariés
- Encadrants
- Membres du CSE

Dates Lieux

→ Mardi 21 janvier
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ Mardi 16 février
de 10h à 12h
(Bédarieux)

→ Lundi 9 mars
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ Jeudi 9 avril
de 14h à 16h
(Tourbes)

→ Mercredi 20 mai
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ Jeudi 11 juin
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ Mardi 7 juillet
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ Mercredi 9 septembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ Lundi 19 octobre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

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

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



08

Communication non verbale (module 2)

Intervenant : Formateur

Programme

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

Infos pratiques

- 15 personnes max.

Public cible

- Dirigeants
- Salariés
- Encadrants
- Membres du CSE

Prérequis

- Avoir participé au module 1 de la communication non verbale

Dates Lieux

→ Jeudi 26 mars
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

→ Mercredi 24 juin
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ Mercredi 30 septembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

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

Prévention des risques spécifiques ou métiers





09

La santé des dirigeants

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

👁 Programme

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

Dates Lieux
→ Mardi 17 mars
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Dates Lieux
→ Mardi 8 décembre
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques
→ 10 personnes max.

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



10

La posture sédentaire au travail

Intervenants : Ergonome, Personnel Médical

👁 Programme

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

Dates Lieux
→ Mardi 9 juin
de 14h à 16h
(Bédarieux)

Dates Lieux
→ Jeudi 3 décembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques
→ 15 personnes max.

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



11

Risque biologique en entreprise

Intervenant : Personnel Médical

👁️ Programme

- Mode de contamination
- Evaluation du risque
- Prévention

Date Lieu

→ Mardi 1 décembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Salarisés
→ Membres du CSE



12

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

Intervenants : Préventeur
Personnel Médical

👁️ Programme

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

Date Lieu

→ Mardi 3 novembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

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

13

Hygiène de vie au travail

Intervenant : Personnel Médical

👁️ Programme

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

**Date
Lieu**

→ Mardi 5 mai
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

**Infos
pratiques**

→ 15 personnes max.

**Public
cible**

→ Dirigeants
→ Salarisés
→ Encadrants
→ Membres du CSE

14

Santé et sécurité des intérimaires

Intervenants : Préventeur,
Personnel Médical

👁️ Programme

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

**Date
Lieu**

→ Mardi 6 octobre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

**Infos
pratiques**

→ 15 personnes max.

**Public
cible**

→ Dirigeants de
sociétés d'intérim



15

Travail sur écran : aménagement des postes de travail

Intervenants : Ergonome, Préventeur

👁️ Programme

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



16

Aide à domicile

Intervenants : Préventeur, Personnel Médical

👁️ Programme

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

<input checked="" type="checkbox"/> Date Lieu	→ Mardi 13 octobre de 10h à 12h (Béziers - La Devèze)
<input checked="" type="checkbox"/> Infos pratiques	→ 15 personnes max.
<input checked="" type="checkbox"/> Public cible	→ Dirigeants → Services QHSE → Chargés de prévention

<input checked="" type="checkbox"/> Date Lieu	→ Mardi 7 avril de 10h à 12h (Béziers - La Devèze)
<input checked="" type="checkbox"/> Infos pratiques	→ 15 personnes max.
<input checked="" type="checkbox"/> Public cible	→ Les salariés des entreprises de services à la personne (auxiliaire de vie, aide à domicile, assistant(e) de vie,...)



17

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

Intervenants : Préventeur,
Personnel Médical

👁️ Programme

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

→ Jeudi 19 mars
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

Dates
Lieux

→ Mardi 29 septembre
de 10h à 12h
(Bédarieux)

 Infos pratiques

→ 15 personnes max.

 Public cible

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



18

Repérer et prévenir les risques chimiques

Intervenants : Préventeur,
Personnel Médical

👁️ Programme

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

Date
Lieu

→ Mardi 24 novembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

 Infos pratiques

→ 15 personnes max.

 Public cible

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

19

Escape Game bruit



Intervenants : Préventeur,
Personnel Médical

👁️ Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

→ 6 personnes max.
→ Durée : 2h

Public cible

→ Salariés
ou dirigeants
exposés au bruit
→ Membres du CSE

20

Escape Game risques chimiques



Intervenants : Préventeur,
Personnel Médical

👁️ Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

→ 3 à 6 personnes max.
→ Durée : 2h

Public cible

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



21

Escape Game risques routiers



Intervenants : Préveteur,
Personnel Médical , Formateur

⌚ Programme

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

Dates Lieux

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

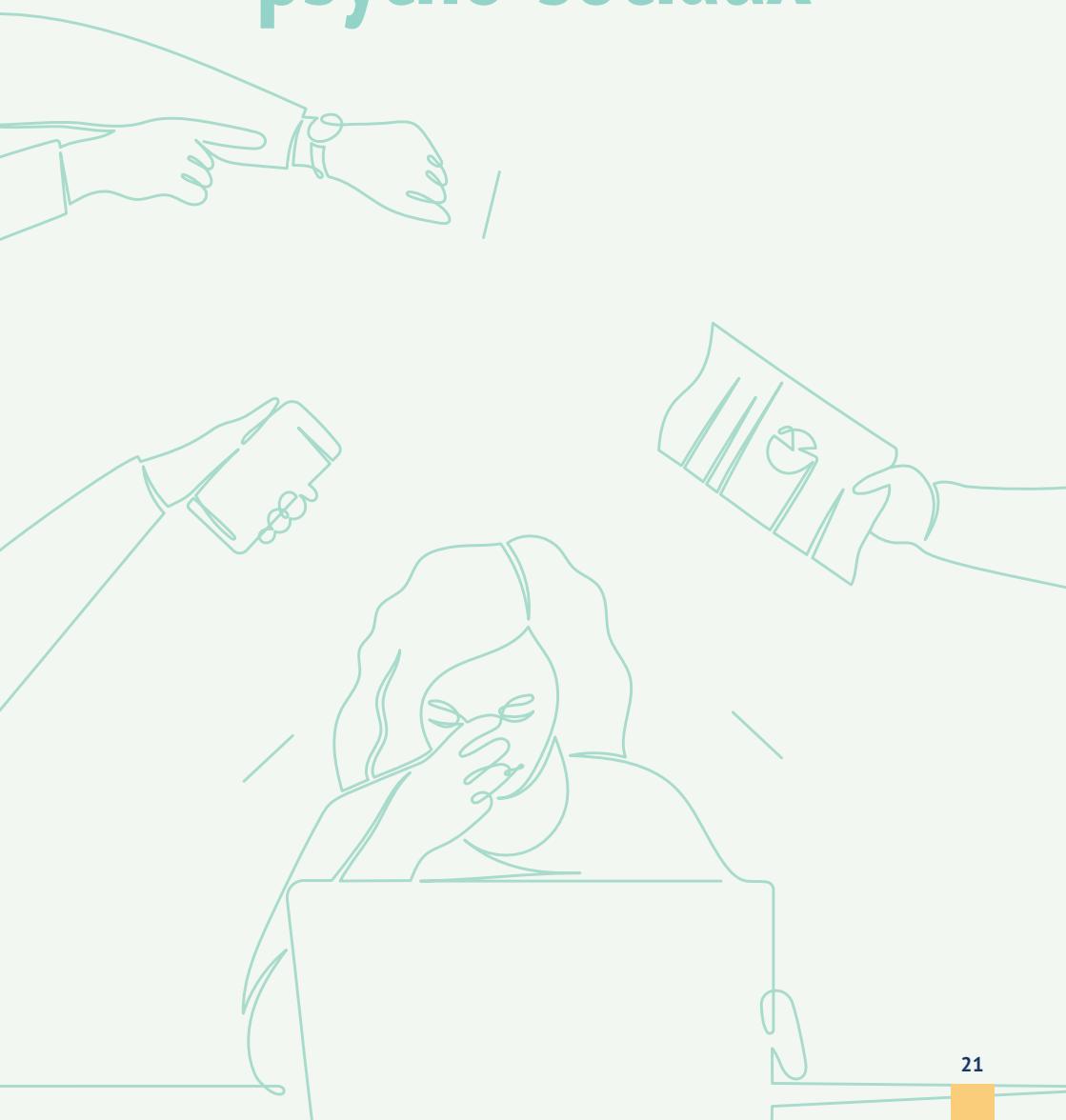
🕒 Infos pratiques

→ 3 à 6 personnes max.
→ Durée : 2h

👨‍👩‍👧‍👦 Public cible

→ Dirigeants
et Salariés

Prévention des risques psycho-sociaux





22

Sensibilisation aux RPS et à la QVCT

RPS = Risques Psycho-Sociaux

QVCT = Qualité de Vie et des Conditions de Travail)

Intervenants : Psychologue du travail ,
Préventeur ou Personnel Médical

👁️ Programme

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

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

Dates Lieux

→ **Jeudi 22 octobre**
de 14h à 16h
(Tourbes)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE



23

Agissement Sexiste et harcèlement au travail

Intervenants : Psychologue du travail ,
Préventeur ou Personnel Médical

👁️ Programme

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

Date Lieu

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

Infos pratiques

→ 10 personnes max
→ Durée: 2h

Public cible

→ Dirigeants
→ Salariés
→ Encadrants
→ Membres du CSE



24

Les violences conjugales

Intervenants : Préventeur et Personnel Médical

👁️ Programme

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

Date Lieu

→ Vendredi 27 novembre
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

 **Infos pratiques**

→ 15 personnes max.

 **Public cible**

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE



25

Escape Game RPS (risque psycho-sociaux)



Intervenants : Psychologue du travail, Préventeur ou Personnel Médical

👁️ Programme

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

Date Lieu

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

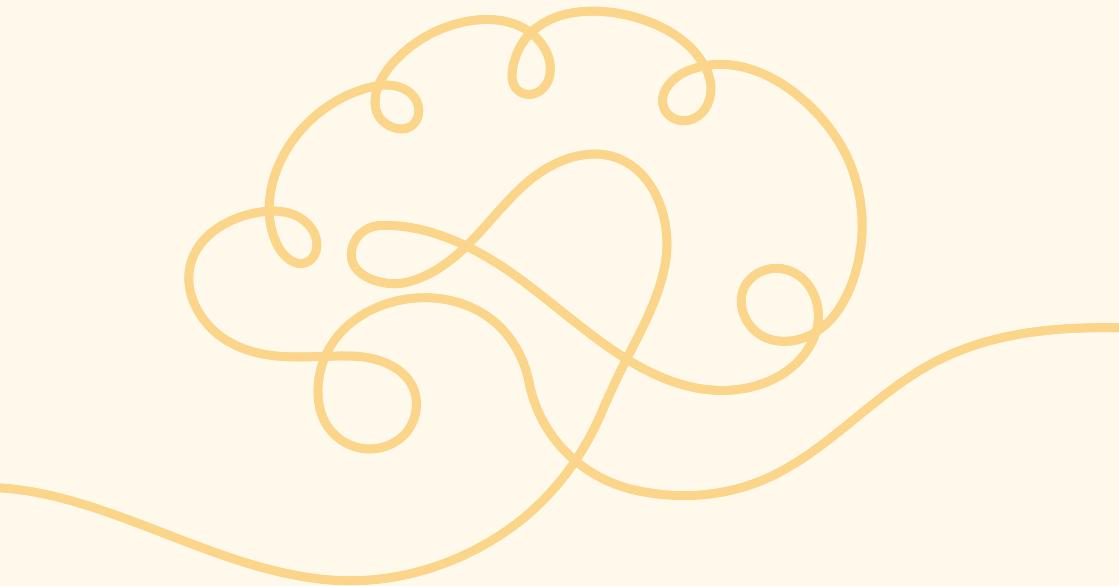
 **Infos pratiques**

→ 3 à 6 personnes max.
→ Durée : 2h

 **Public cible**

→ Dirigeants
→ Salariés

Santé Mentale





26

Santé Mentale : la gestion du stress

Intervenants : Psychologue du travail ,
Préventeur ou Personnel Médical

Programme

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

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

Dates Lieux

→ **Jeudi 5 novembre**
de 14h à 16h
(Tourbes)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE



27

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

Intervenants : Psychologue du travail ,
Préventeur ou Personnel Médical

Programme

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

→ **Jeudi 12 février**
de 14h à 16h
(Béziers - La Devèze)

Dates Lieux

→ **Jeudi 17 septembre**
de 10h à 12h
(Bédarieux)

Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE



28

Santé Mentale : Les émotions

Intervenants : Psychologue du travail ,
Préventeur ou Personnel Médical

Programme

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

Dates Lieux

→ **Jeudi 4 juin**
de 10h à 12h
(Béziers - La Devèze)

→ **Jeudi 26 novembre**
de 14h à 16h
(Bédarieux)

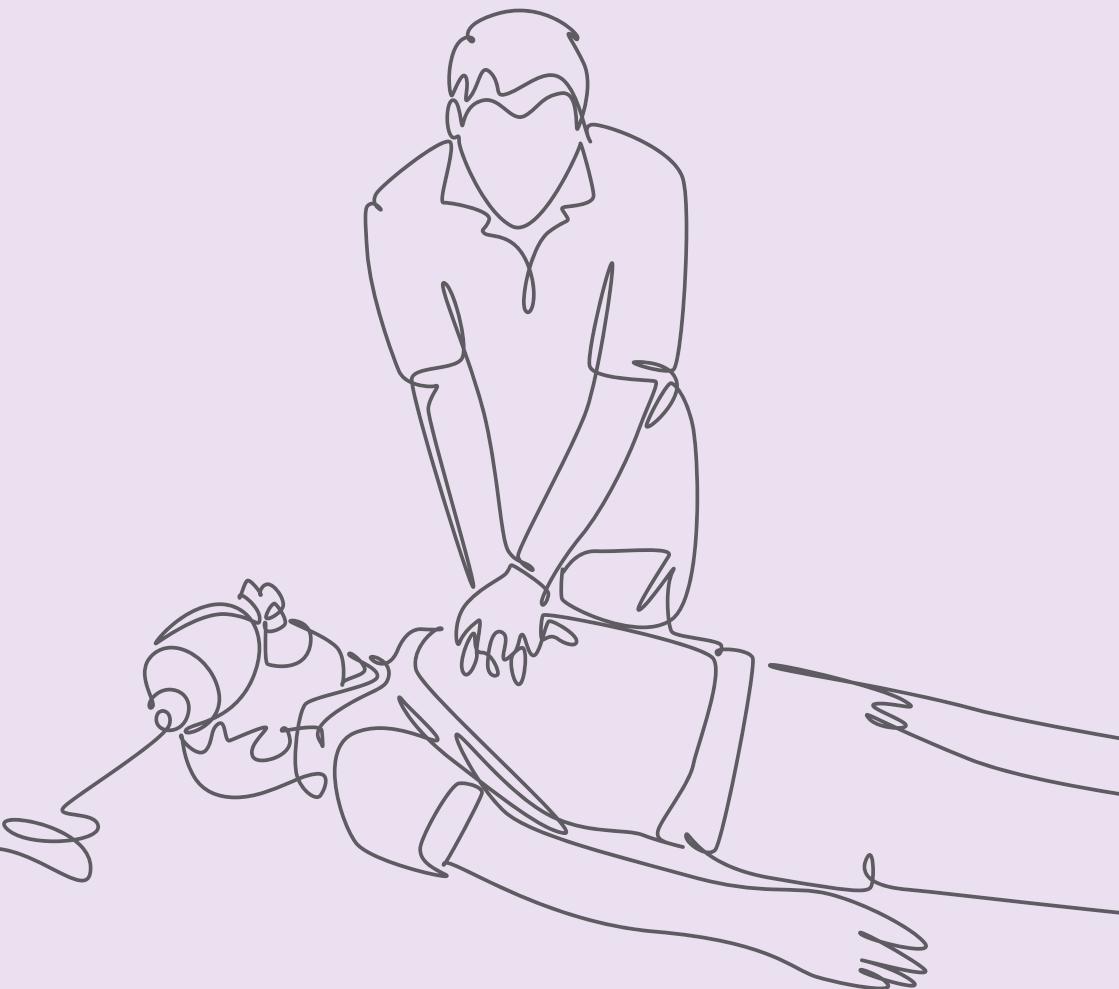
Infos pratiques

→ 15 personnes max.

Public cible

→ Dirigeants
→ Encadrants
→ Membres du CSE

Formations





29

Équipier d'évacuation

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :

Tél : 04 67 09 29 41

Mail : formation@aist-beziers.org

👁️ Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

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

Public cible

→ Personnel des entreprises

Prérequis

→ Être équipier de première intervention



30

Équipier de première intervention

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :

Tél : 04 67 09 29 41

Mail : formation@aist-beziers.org

👁️ Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

→ 4 personnes min.
→ 12 personnes max.
→ Durée : 3h30

Public cible

→ Personnel des entreprises



31

Initiation au secourisme

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

👁 Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

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

Public cible

→ Personnel des entreprises



32

Défibrillateur automatisé externe (D.A.E)

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

👁 Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

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

Public cible

→ Personnel des entreprises



33

Éco-conduite

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

👁 Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

1^{ère} partie :
→ 4 pers. min./12 pers. max.
→ Durée: 3h
2^{ème} partie :
→ 6 pers. groupe/jour
→ Durée: 1h

Public cible

→ Toutes les personnes susceptibles d'utiliser un véhicule routier pour des déplacements professionnels

Prérequis

→ Avoir le permis B
→ Avoir participer en amont à l'atelier « prévention du risque routier »



34

Prévention du risque routier

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

👁 Programme

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

Dates Lieux

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

Infos pratiques

→ 5 personnes min.
→ 15 personnes max.
→ Durée : 2h

Public cible

→ Toutes les personnes susceptibles d'utiliser un véhicule routier pour des déplacements professionnels / trajets domicile/travail.



33

Référent éveil musculaire

*Contactez notre formateur, Roland Bonal :

Tél : 04 67 09 29 41

Mail : formation@aist-beziers.org

Programme

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

Dates
Lieux

→ À convenir
avec l'entreprise
(Béziers - La Devèze)
(Bédarieux) (Tourbes)

Infos pratiques

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

Public cible

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

Sauveteur Secouriste au Travail



Formation Initiale de 2 jours



Payante



Objectif

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

Programme

1. Situer son rôle de SST :

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

2. Protéger et prévenir :

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

- Supprimer ou isoler le danger immédiat.

3. Examiner la victime

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

Programme (suite)

4. Alerter ou faire alerter :

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

5. Secourir :

Réaliser correctement les gestes de premiers secours adaptés à la situation

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

6. Participer à la prévention des risques professionnels :

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

⌚ Infos pratiques

Entre 4 et 10 personnes par session

📍 Public cible

Les salariés des entreprises adhérentes à l'AIST Béziers

🛡️ Validation

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



Tarif : 230 € par personne

📅 Dates

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

- **Mercredi 28 et Jeudi 29 janvier 2026**
- **Mardi 17 et Mercredi 18 février 2026**
- **Mardi 24 et Mercredi 25 mars 2026**
- **Mardi 14 et Mercredi 15 avril 2026**
- **Mercredi 27 et Jeudi 28 mai 2026**
- **Mercredi 17 et Jeudi 18 juin 2026**
- **Lundi 14 et Mardi 15 septembre 2026**
- **Lundi 26 et Mardi 27 octobre 2026**
- **Mercredi 18 et Jeudi 19 novembre 2026**
- **Mercredi 16 et Jeudi 17 décembre 2026**

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



Sauveteur Secouriste au Travail



Maintien-Actualisation des Compétences (MAC) de 1 jour



Objectif

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

Programme

1. Réactualiser ses connaissances :

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

2. Renforcer la prévention :

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

Programme (suite)

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

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

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

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

5. Évaluer et valider la compétence :

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

Infos pratiques

Entre 4 et 10 personnes par session

Public cible

Les salariés des entreprises adhérentes à l'AIST Béziers détenteurs d'une certification de Sauveteur Secouriste du Travail (SST)

Validation

Renouvellement du certificat SST pour 24 mois.



Tarif : 135 € par personne

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

Dates

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

- **Mardi 20 janvier 2026**
- **Lundi 23 février 2026**
- **Mercredi 18 mars 2026**
- **Jeudi 23 avril 2026**
- **Mercredi 6 mai 2026**
- **Lundi 29 juin 2026**
- **Mercredi 23 septembre 2026**
- **Jeudi 15 octobre 2026**
- **Lundi 23 novembre 2026**
- **Mercredi 9 décembre 2026**



Pour plus d'informations

Contactez le secrétariat prévention :

Tél. : 04 67 09 70 91

E-mail : *prevention@aist-beziers.org*

L'ensemble de nos ateliers de prévention peuvent être réalisés au sein de votre entreprise en fonction de vos besoins.

N'hésitez pas à nous contacter afin d'établir un programme sur mesure avec nos équipes de préveteurs.

Les dates, heures et lieux d'ateliers planifiés à l'avance peuvent être emmenés à être modifiés, en cas de changements vous serez informés par mail suite à votre inscription.

D'autres dates d'ateliers peuvent être ajoutés en cours d'année, consultez régulièrement notre agenda disponible sur notre site internet

www.aist-beziers.org/agenda



Gardons le contact

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



Béziers Nord – Siège Social
Clémenceau
79, avenue Georges Clémenceau BP
40080 - 34502 Béziers cedex
Tél.: 04 67 09 27 70

Béziers Est – La Devèze
19, avenue Jean Foucault - ZI. BP
40080 - 34502 Béziers cedex
Tél: 04 67 09 29 46

Béziers Ouest – Colombiers
3CA - ZAE Cantegals -
1, rue des anciennes carrières
34440 Colombiers
Tél: 04 67 35 83 40

Agde
Centre médical Vitalis
2, rue Dr Schweitzer - Route de
Rochelongue - 34300 Agde
Tél.: 04 67 01 69 50

Tourbes
Zone Plein Sud, Chem. de Conas,
RD39 E5 – Bâtiment C - 1^{er} étage,
34120 Tourbes
Tél.: 04 67 09 27 70

Bédarieux
14, rue Aristide Cavaillé Coll - PRAE
Cavaillé Coll - 34600 Bédarieux
Tél.: 04 48 44 01 50

www.aist-beziers.org

SCANNEZ-MOI POUR
DONNER VOTRE AVIS !



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