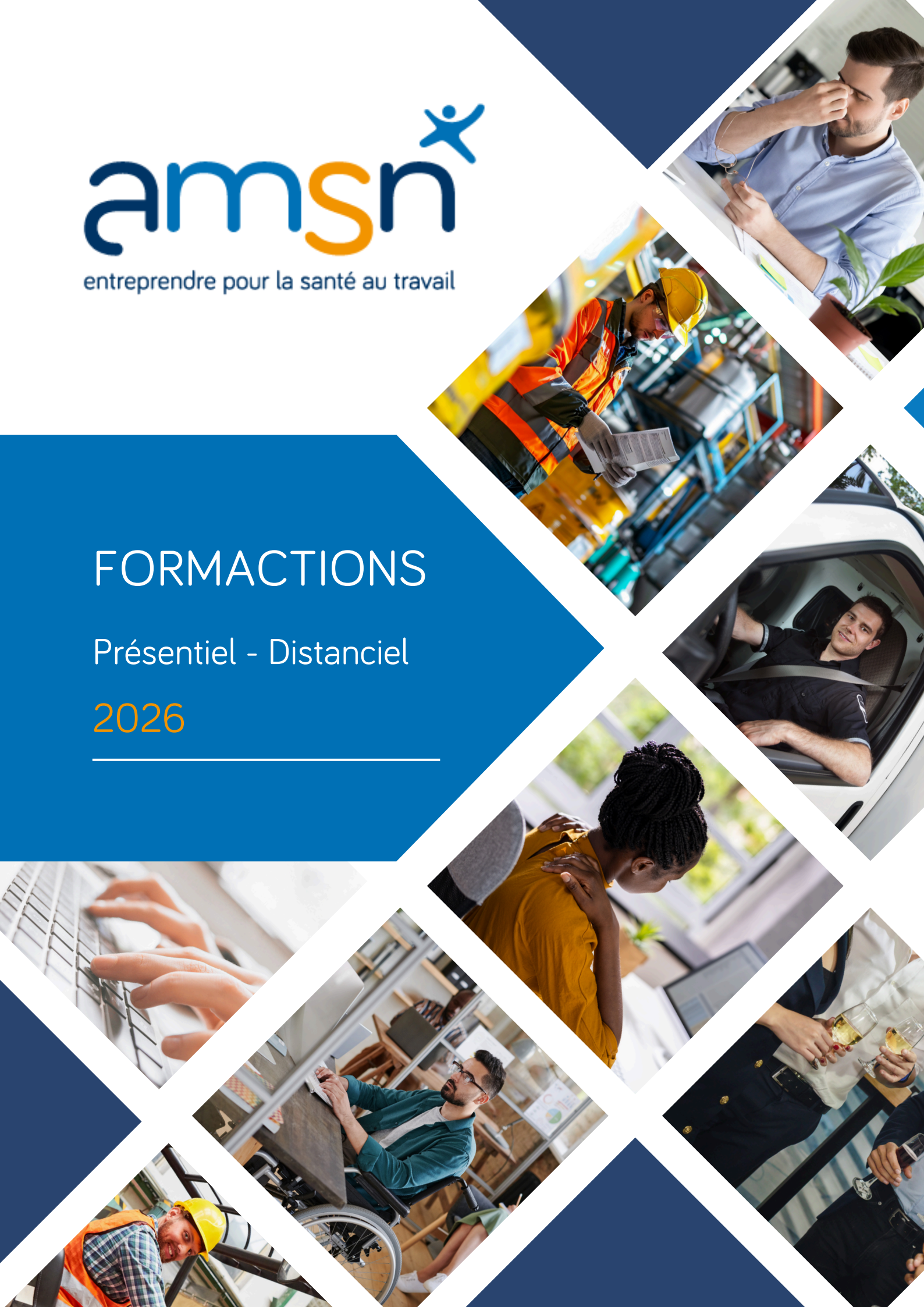


FORMACTIONS

Présentiel - Distanciel

2026



Sommaire

Formations **présentielles**

ÉVALUATION DES RISQUES

- Document Unique d'Évaluation des Risques professionnels (DUERP)
- Document Unique focus RPS
- Création du Document Unique avec OIRA
- Analyse des accidents du travail

PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

- Le risque chimique : le comprendre, l'évaluer, agir
- Connaître vos obligations légales en santé et sécurité au travail
- Comment évaluer et prévenir le risque routier pour mes salariés ?

SANTÉ ET TRAVAIL

- Comment prévenir le risque addictif dans mon entreprise ?
- Sommeil et travail, bien dormir pour préserver sa santé
- QVCT : Et si le maillon faible se trouvait à la pause déjeuner ?

ERGONOMIE

- Risques Troubles Musculo-Squelettiques
- Travail sur écran : êtes-vous bien installé ?

PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

- Les Risques Psycho-Sociaux en deux mots, savoir les repérer pour mieux les prévenir
- Comment faire face à un événement grave dans mon entreprise ?
- Les violences sexistes et sexuelles dans mon entreprise c'est NON !
- Qualité de Vie & des Conditions de Travail, et vous, où en êtes-vous ?
- Donut stress : Identifier et exprimer ses émotions, pour mieux gérer le stress !
- La gestion des incivilités en contact client

MAINTIEN EN EMPLOI

- La Prévention de la Désinsertion Professionnelle comme levier du maintien en emploi

Formations **distancielles**

PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

- Les substances CMR, comprendre leurs dangers, focus sur le décret 2024- 307

PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

- Les violences sexistes et sexuelles dans mon entreprise c'est NON !



FORMACTIONS
PRÉSENTIELLES

amsn 



ÉVALUATION DES RISQUES

Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP)



Objectifs

Etre capable de :

- Identifier les risques présents au sein de son entreprise
- Evaluer les risques auxquels sont soumis les salariés
- Rédiger le Document Unique et le plan d'action



Programme

- Rappeler la réglementation en vigueur
- Etablir une méthodologie d'évaluation (fiches d'aide à l'évaluation des risques amSn, cotation, dangers/risques,...).
- Réaliser un plan d'action
- Présentation d'outils d'évaluation (OIRA...)



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Animateur HSE
- Membres CSSCT/CSE
- Salarié en charge de la réalisation du Document Unique



Intervenant

- Technicien HSE



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : amsn.fr / DUER



ÉVALUATION DES RISQUES

Document Unique focus RPS



Présentation

Il est conseillé de connaître la méthodologie du Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels et d'avoir suivi une sensibilisation aux Risques Psycho-Sociaux au préalable.



Objectifs

Etre capable de :

- Identifier les risques présents au sein de son entreprise
- Evaluer les risques auxquels sont soumis les salariés
- Rédiger le Document Unique et le plan d'action
- S'approprier les fiches d'aide à l'évaluation des risques proposées par l'amSn, à partir de cas concrets.



Programme

- Rappeler la réglementation en vigueur
- Démarche de prévention des risques
- Rappel de la méthodologie d'évaluation (fiches d'aide à l'évaluation des risques amSn, cotation, dangers/risques,...).
- Savoir intégrer les RPS dans le Document Unique
- Réaliser un plan d'actions



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- animateur HSE
- Membres CSSCT/CSE
- Salarié en charge de la réalisation du Document Unique



Intervenants

- Technicien HSE
- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : amsn.fr / DUER RPS



ÉVALUATION DES RISQUES

Atelier : Création du Document Unique avec OIRA



Présentation

OiRA est un logiciel mis à disposition par l'INRS, permettant d'accompagner **les entreprises de moins de 50 salariés** à créer leur Document Unique.



Objectifs

- Prise en main du logiciel OiRA de l'Inrs
- Identifier les risques présents au sein de son entreprise
- Evaluer les risques auxquels sont soumis les salariés
- Créer votre plan d'action de prévention des risques



Programme

- Rapide présentation de l'évaluation des risques en entreprise
- Présentation du logiciel OiRA
- Utilisation individuelle du logiciel OiRA pour créer votre DUERP



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Animateur HSE
- Membres CSSCT/CSE
- Salarié en charge de la réalisation du Document Unique



Intervenants

- Techniciens HSE



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11
Mail : formations@amsn.fr
Inscription : [amsn.fr / OiRA](https://amsn.fr/OiRA)



ÉVALUATION DES RISQUES

Analyse des accidents du travail



Objectifs

- Réaliser une enquête terrain
- Trier les informations (faits/opinions)
- Analyser les faits
- Acquérir une méthode (arbre des causes)
- Définir les actions



Programme

- Rappel sur la réglementation et quelques chiffres clés
- Tour d'horizon des enjeux liés à l'analyse des accidents
- Présentation d'une méthodologie d'analyse
- Elaboration du plan d'action et son suivi



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Membres CSSCT/CSE
- Animateur HSE
- Salarié en charge des analyses d'accidents



Intervenant

- Technicien HSE



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11
Mail : formations@amsn.fr
Inscription : amsn.fr / Analyse



PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Le risque chimique : le comprendre, l'évaluer, agir



Objectifs

- Comprendre ce qu'est un agent chimique et savoir comment l'identifier
- Prendre conscience des risques liés aux substances chimiques, en particulier les substances CMR
- Avoir les clés pour démarrer l'évaluation du risque chimique dans son entreprise
- Identifier les moyens de prévention adaptés à mettre en œuvre



Programme

- Introduction au risque chimique :
 - Qu'est-ce qu'une substance chimique ?
 - Comment l'identifier ?
 - Quelles sont les voies d'exposition et les mécanismes toxicologiques des substances chimiques ?
 - Quels sont les principaux points de la réglementation ?
- Evaluation du risque chimique :
 - Quelles sont les principales étapes de cette évaluation et les règles de base de la prévention ?
 - Quels outils peuvent aider à réaliser cette évaluation ?
 - Comment choisir les bons moyens de protection ?
- Point particulier sur les substances CMR :
 - Qu'est-ce qu'une substance CMR, au sens scientifique et au regard de la réglementation ?
 - Quels sont les points clés à retenir concernant la réglementation spécifique aux substances CMR ?



Public concerné

- Dirigeant, encadrant chargé de l'évaluation du risque chimique
- Référent sécurité chargé de l'évaluation du risque chimique



Intervenant

- Ingénieure chimiste ; prévention du risque chimique ; toxicologie



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : amsn.fr / [Risque chimique](#)



PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Connaître vos obligations légales en santé et sécurité au travail



Présentation

Cette sensibilisation est spécialement conçue pour les TPE/ PME et toutes les entreprises souhaitant découvrir les bases de la réglementation en santé et sécurité au travail.

Un premier pas vers la conformité et la protection de vos salariés !



Objectifs

Aider les entreprises à rester conforme à la réglementation, à prévenir les accidents et à éviter d'éventuelles sanctions.



Programme

- Introduction à la prévention
- L'affichage obligatoire
- Organisation des secours
- Obligation de formation :
 - Le salarié compétent
 - Accueil nouveau salarié
 - Le secourisme
 - Habilitation
- Le plan de prévention
- Les vérifications obligatoires
- Suivi médical des salariés
- Autres sujets d'actualité



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Salarié compétent en Santé Sécurité
- Membres CSSCT/CSE



Intervenants

- Techniciens HSE



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Obligations légales](https://amsn.fr/Obligations-legales)



PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Comment évaluer et prévenir le risque routier pour mes salariés ?



Objectifs

- Déterminer les enjeux et les facteurs de risque
- Dresser un état des lieux et identifier les pistes d'action possibles



Public concerné

- Dirigeant
- Salarié compétent en Santé Sécurité
- Membres CSSCT/CSE



Programme

- Tour d'horizon des enjeux liés au risque routier
- Inventaire des facteurs de risque existant ayant une incidence sur la gestion du risque routier en entreprise
- Quelles analyses sont nécessaires et comment peut-on agir (quels leviers) pour la prise en compte du risque routier
- Conduire est un acte de sécurité nécessitant l'intégrité physique et mentale du conducteur : comment le prendre en compte
- Comment évaluer et prévenir le risque routier pour mes salariés



Intervenant

- Technicien HSE



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : amsn.fr / Risque routier



SANTÉ & TRAVAIL

Comment prévenir le risque addictif dans mon entreprise ?



Objectifs

- Améliorer la connaissance sur le mécanisme de l'addiction et aller au-delà des idées reçues
- Repérer les déterminants professionnels
- S'approprier la méthodologie de la démarche de prévention collective en y associant la prise en charge des situations individuelles
- Construire le plan d'actions dans l'entreprise



Programme

- Pourquoi en parler au travail ?
- Qu'entend-on par pratiques à risque addictif ?
- Quels sont les facteurs de risque ?
- L'alcool et ses conséquences ; cannabis, cocaïne, héroïne, médicaments psychotropes et leurs effets.
- Pourquoi et comment mettre en place une démarche collective sur les addictions ?
- Ce qu'en dit la loi et les différents codes réglementaires concernés.



Public concerné

- Dirigeant
- DRH
- Responsable HSE
- Infirmier-ère d'entreprise



Intervenants

- Médecin du travail
- Psychologue du travail
- Infirmier-ère en santé au travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Prévention addiction](https://amsn.fr/Prevention-addiction)



SANTÉ & TRAVAIL

Sommeil et travail, bien dormir pour préserver sa santé



Objectifs

- Sommeil et hygiène de vie
- Sommeil et sécurité au travail, impacts sur les performances
- Les bienfaits de la sieste



Programme

- Rappel succinct des modalités de sommeil
- Focus sur la diminution/dégradation de la qualité de sommeil sur les dernières années/ facteurs d'altération
- Risques professionnels associés à un sommeil altéré
- Atelier interactif sur les questions du sommeil
- Questions diverses



Public concerné

- Tout public



Intervenant

- Infirmier-ère en santé au travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formactions@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Sommeil & travail](https://amsn.fr/Sommeil-et-travail)



SANTÉ & TRAVAIL

QVCT : Et si le maillon faible se trouvait à la pause déjeuner ?



Objectifs

- Définir un environnement de travail propice à une alimentation bénéfique pour la santé
- Expliquer l'influence de l'organisation et des conditions de travail sur l'alimentation
- Identifier des pistes d'amélioration des comportements alimentaires en lien avec la santé



Programme

- Rappel des définitions : conditions de travail et organisation du travail
- 4 repères essentiels pour guider les pratiques alimentaires : plaisir, pleine attention, sécurité et variété
- Régulation du comportement alimentaire normal
- Principaux éléments perturbateurs du comportement alimentaire
- Cadre de travail et alimentation



Public concerné

- Tout public



Intervenants

- Médecin du travail
- Infirmier-ère en santé au travail
- Préventeur



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formactions@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Travail & nutrition](https://amsn.fr/Travail%20&%20nutrition)



ERGONOMIE

Risques Troubles Musculo-Squelettiques



Objectifs

- Comprendre le processus d'apparition des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)
- Comprendre les effets directs et indirects des TMS
- Identifier les facteurs de risque



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Membres CSSCT/CSE
- Salarié compétent en Santé Sécurité



Programme

- Atelier interactif autour des TMS
- Définitions, idées reçues sur les TMS
- Présentation d'outils



Intervenant

- Ergonome



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Risques TMS](https://amsn.fr/Risques-TMS)



ERGONOMIE

Travail sur écran : êtes-vous bien installé ?



Objectifs

- Aménager son espace de travail de manière ergonomique
- Devenir référent de son entreprise



Programme

- Ergonomie du poste de travail sur écran
- De la théorie à la pratique :
 - Adapter son poste à ses besoins
 - Atelier pratique sur un bureau fictif
 - Exercice de détente visuelle
 - Echauffement / étirement
 - S'approprier la boîte à outil
 - Questions / conclusion



Public concerné

- Tout public travaillant sur écran



Intervenants

- Technicien HSE
- Infirmier-ère en santé au travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Travail écran](https://amsn.fr/Travail%20écran)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Les Risques Psycho-Sociaux en deux mots, savoir les repérer pour mieux les prévenir.



Objectifs

- Définir les Risques PSychosociaux (RPS)
- Identifier les facteurs de risques et distinguer les causes et leurs conséquences
- Comprendre les impacts sur la santé des salariés et de l'entreprise
- S'approprier des moyens de construire un plan de prévention



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Membres CSSCT/CSE
- animateur HSE
- Salarié compétent en Santé Sécurité



Programme

- Qu'est-ce que les RPS ?
- Cadre réglementaire
- Le stress, définition, conséquences individuelles et collectives
- Zoom sur différentes notions afférentes aux RPS : violences, pratiques addictives, harcèlement, violences sexuelles et sexistes, événements graves.
- Conséquences des RPS sur la santé des salariés
- Identifier les situations à risques et savoir comment agir



Intervenant

- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formactions@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / RPS 2 mots](https://amsn.fr/RPS_2_mots)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Comment faire face à un évènement grave dans mon entreprise ?



Objectifs

- Connaître les différentes étapes de la prise en charge des salariés victimes ou témoins en cas d'évènement grave
- Définir le rôle de chacun dans cette prise en charge : entreprise, intervenant...
- S'approprier les moyens de construire un plan de prévention



Programme

- Qu'appelle-t-on évènement grave ? (suicide, agression, braquage, accident...)
- Rappel des enjeux de santé pour les individus et pour l'entreprise
- Le cadre légal quant à la préservation de la santé des salariés
- Eléments cliniques de compréhension :
 - différencier stress post traumatique et traumatisme psychique
 - différencier stress adapté, stress dépassé, stress différé



Public concerné

- Dirigeant
- Equipe RH



Intervenant

- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Evènement grave](https://amsn.fr/Evènement-grave)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Les violences sexistes et sexuelles dans mon entreprise : c'est NON !



Objectifs

- Savoir définir les violences sexistes et sexuelles (VSST)
- Comprendre les enjeux pour les salariés et pour l'entreprise : santé et obligations légales
- Identifier les facteurs de risques
- Solliciter les ressources internes et externes à l'entreprise ainsi que les outils à disposition
- S'approprier les moyens de construire un plan de prévention



Programme

- Pourquoi s'occuper des VSST
- Définition des VSST
- Facteurs de risque
- Ressources utiles au traitement et à la prévention des VSST
- Les actions à mettre en œuvre dans l'entreprise : référent, formation, affichage, etc
- Présentation d'une boîte à outils : vidéos, documents, etc



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Infirmier-ère du travail
- animateur HSE
- Membres CSSCT/CSE



Intervenant

- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11
Mail : formations@amsn.fr
Inscription : [amsn.fr / VSST](https://amsn.fr/V SST)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Qualité de Vie & des Conditions de Travail (QVCT) Et vous, où en êtes-vous ?



Objectifs

- Définir la notion de Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT)
- Identifier l'articulation entre QVCT et Santé au travail
- Découvrir notre auto-diag QVCT à l'attention des employeurs
- Connaître le réseau QVCT en Normandie



Programme

- Des définitions à votre définition
- Présentation du cadre législatif et de son évolution
- Connaître le rôle de votre SST face aux enjeux de la QVCT
- Découverte de l'auto-diag QVCT
- Identification de vos axes prioritaires d'accompagnement
- Savoir vers qui se tourner selon les thématiques identifiées



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH



Intervenant

- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr /QVCT](https://amsn.fr/QVCT)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Donut Stress : Identifier et exprimer ses émotions, pour mieux gérer le stress !



Présentation

Et si la gestion du stress passait par l'identification et l'expression de ses émotions ? Cette sensibilisation propose d'aborder ces deux notions (stress et émotions) de manière ludique, pour un usage dans la sphère tant personnelle que professionnelle.



Objectifs

- Comprendre les mécaniques liées aux stress
- Identifier les émotions primaires et leur rôle
- Développer les outils de faire-face au stress



Programme

- Apport théorique sur la notion de stress et émotions
- Echanges entre les participants sur les stratégies individuelles
- Mises en situation et exercices pratiques



Public concerné

- Tout public



Intervenant

- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Donut stress](https://amsn.fr/Donut_stress)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

La gestion des incivilités en contact client



Présentation

Les incivilités font partie des Risques Psycho-Sociaux et sont multifformes. Insultes, menaces, vol etc., ces phénomènes demandent des compétences à la fois individuelles et collectives. Cette sensibilisation vise à aborder cette thématique de manière ludique et participative.



Public concerné

- Tout public



Intervenants

- Psychologue du travail
- Assistante Santé Travail



Objectifs

- Agir en prévention sur le développement des incivilités
- S'outiller dans ce cadre
- Identifier les leviers permettant de réduire les risques afférents



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formactions@amsn.fr

Inscription : amsn.fr/Gestion-incivilités



Programme

- Définir et recenser les différentes formes d'incivilités
- Identifier les facteurs de risque et les facteurs de protection, tant sur le plan individuel que collectif
- Présentation des outils mobilisables



MAINTIEN EN EMPLOI

La Prévention de la Désinsertion Professionnelle comme levier du maintien en emploi



Objectifs

- Savoir définir ce qu'est le risque de désinsertion professionnelle, le maintien dans et en emploi
- Comprendre les enjeux pour les salariés et pour l'entreprise
- Identifier les situations à risque
- Comprendre le rôle des acteurs de la PDP
- Connaître les principaux dispositifs mobilisables pour trouver des solutions et être aidé
- Savoir comment solliciter le médecin du travail et la cellule PDP de l'AMSN



Programme

- Cadre juridique de la PDP : rappels des grands principes, apports de la loi du 2/08/2021
- De la prévention primaire à la prévention tertiaire en PDP : employeurs comme travailleurs, tous concernés
- Se repérer dans le paysage des différents acteurs et dispositifs
- Analyse de situations concrètes et identification des solutions activables de maintien dans l'emploi ou en emploi



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Infirmier-ère du travail
- Référent handicap
- animateur HSE
- Membres CSSCT/CSE



Intervenants

- Médecin du travail
- Coordinatrice de la cellule PDP de l'AMSN



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11
Mail : formations@amsn.fr
Inscription : [amsn.fr / PDP](https://amsn.fr/PDP)



FORMACTIONS DISTANCIELLES

amsn^{*}



PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Les substances CMR (Cancérigènes, Mutagènes, Reprotoxiques) comprendre leurs dangers, focus sur le décret 2024-307



Programme

- Qu'est-ce qu'une substance chimique CMR ? Comment l'identifier ?
- Les substances CMR au sens de la réglementation
- Quels sont les points clés du décret 2024-307 ?
- Quels sont les outils disponibles pour réaliser la liste d'exposition selon le décret ?



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH (notamment en charge de l'établissement des suivis des salariés auprès des services de santé au travail)



Intervenant

Ingénieure chimiste ; prévention du risque chimique ; toxicologie



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / substances CMR](https://amsn.fr/substances-CMR)



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Les Violences sexistes et sexuelles dans mon entreprise : c'est NON !



Programme

- Savoir définir les violences sexuelles et sexistes au travail
- Comprendre les enjeux pour les salariés et pour l'entreprise : santé et obligations légales
- Identifier les facteurs de risques
- Solliciter les ressources internes et externes à l'entreprise ainsi que les outils à disposition
- S'approprier les moyens de construire un plan de prévention



Intervenant

- Psychologue du travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11
Mail : formations@amsn.fr
Inscription : amsn.fr / VSST



Public concerné

- Dirigeant, encadrant
- Equipe RH
- Infirmier-ère du travail
- animateur HSE
- Membres CSSCT/CSE



FORMATIONS

2026

amsn
155 rue Louis Blériot
76230 Bois-Guillaume
amsn.fr