

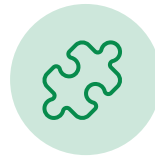
CATALOGUE DE FORMATION

Prévention • Ergonomie • Santé au travail

Élus CSE • Santé mentale et RPS • Amélioration des conditions de travail • Prévention des risques professionnels

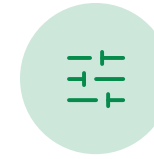
Pourquoi choisir MRE Conseil ?

Des formations conçues pour répondre aux réalités du terrain.



Des formations ancrées dans la réalité du terrain

L'expérience du conseil et de l'accompagnement des organisations nourrit directement les contenus de formation.



Du sur-mesure

Les situations de travail, les outils et les procédures existantes sont intégrés aux contenus de formation.



Une pédagogie active et participative

Les échanges, exercices et retours d'expérience favorisent l'appropriation des contenus et leur mise en pratique.



Des outils opérationnels

Des repères, méthodes et outils directement mobilisables dans le quotidien professionnel.

Repères de confiance

Expertise construite au fil de l'expérience, reconnue par des qualifications et enrichie par une pratique de terrain.



20 ans d'expérience

Une expérience au service des entreprises et du développement des compétences.



IPRP

Intervenante en Prévention des Risques Professionnels depuis 2018.



Spécialiste de la formation des CSE

Formation des CSE depuis 2018 avec expertise reconnue dans le cadre de l'agrément Dreet.



Ergonome Européenne

Titre européen attestant d'une expertise reconnue en ergonomie (Eur.Erg).



Enseignante universitaire

Master Ergonomie du Facteur Humain à Aix-Marseille Universités.



Réseau I3R PACA

Membre du réseau régional des consultants spécialisés en Risques PsychoSociaux (RPS).

Nos 4 parcours de formation

Choisissez le parcours répondant à vos enjeux et le niveau adapté à vos besoins.

ELUS CSE



6 formations

SANTÉ MENTALE
ET RPS



4 formations

AMÉLIORER
LES CONDITIONS
DE TRAVAIL



4 formations

PRÉVENIR
LES RISQUES
PROFESSIONNELS



4 formations

Chaque parcours est décliné en 3 niveaux pour répondre au plus juste à vos besoins



Sommaire

Découvrez l'ensemble des parcours et formations proposés par MRE Conseil

Elus CSE



Découvrir

- Formation obligatoire initiale pour tous les élus ([p. 7](#))



Approfondir

- Formation de renouvellement des membres réélus ([p. 9](#))
- Formation de renouvellement des membres de la CSSCT réélus ([p. 11](#))



Agir

- Structurer et renforcer l'action du CSE ([p. 13](#))
- Le DUERP ([p. 14](#))
- Secouriste en Santé Mentale ([p. 15](#))

Santé Mentale et RPS



Découvrir

- Sensibilisation RPS ([p. 17](#))



Approfondir

- La démarche de prévention des RPS ([p. 18](#))
- La Santé Mentale et les RPS ([p. 19](#))



Agir

- Secouriste en Santé Mentale ([p. 20](#))

Améliorer les Conditions de Travail



Découvrir

- Atelier de sensibilisation à la QVCT ([p. 22](#))



Approfondir

- Construire une démarche QVCT opérationnelle ([p. 23](#))
- Mettre en place les espaces de discussion sur le travail (EDT) ([p. 24](#))



Agir

- Animer les espaces de discussion sur le travail (EDT) ([p. 25](#))

Prévention des risques professionnels



Découvrir

- Réfèrent interne de la prévention ([p. 27](#))



Approfondir

- Le DUERP ([p. 29](#))
- Analyser des accidents du travail ([p. 30](#))



Agir

- Secouriste en Santé Mentale ([p. 31](#))

[Notre approche pédagogique \(p. 32\)](#)

[Nos références \(p. 33\)](#)

[La formatrice \(p. 34\)](#)

[Contact \(p. 35\)](#)



Parcours Elus CSE

Pour comprendre les missions des élus et agir concrètement et collectivement sur les conditions de travail.



A QUI S'ADRESSE CE PARCOURS ?

- ✓ Membres titulaires du CSE
- ✓ Membres suppléants
- ✓ Membres de la CSSCT
- ✓ Secrétaire et trésorier du CSE

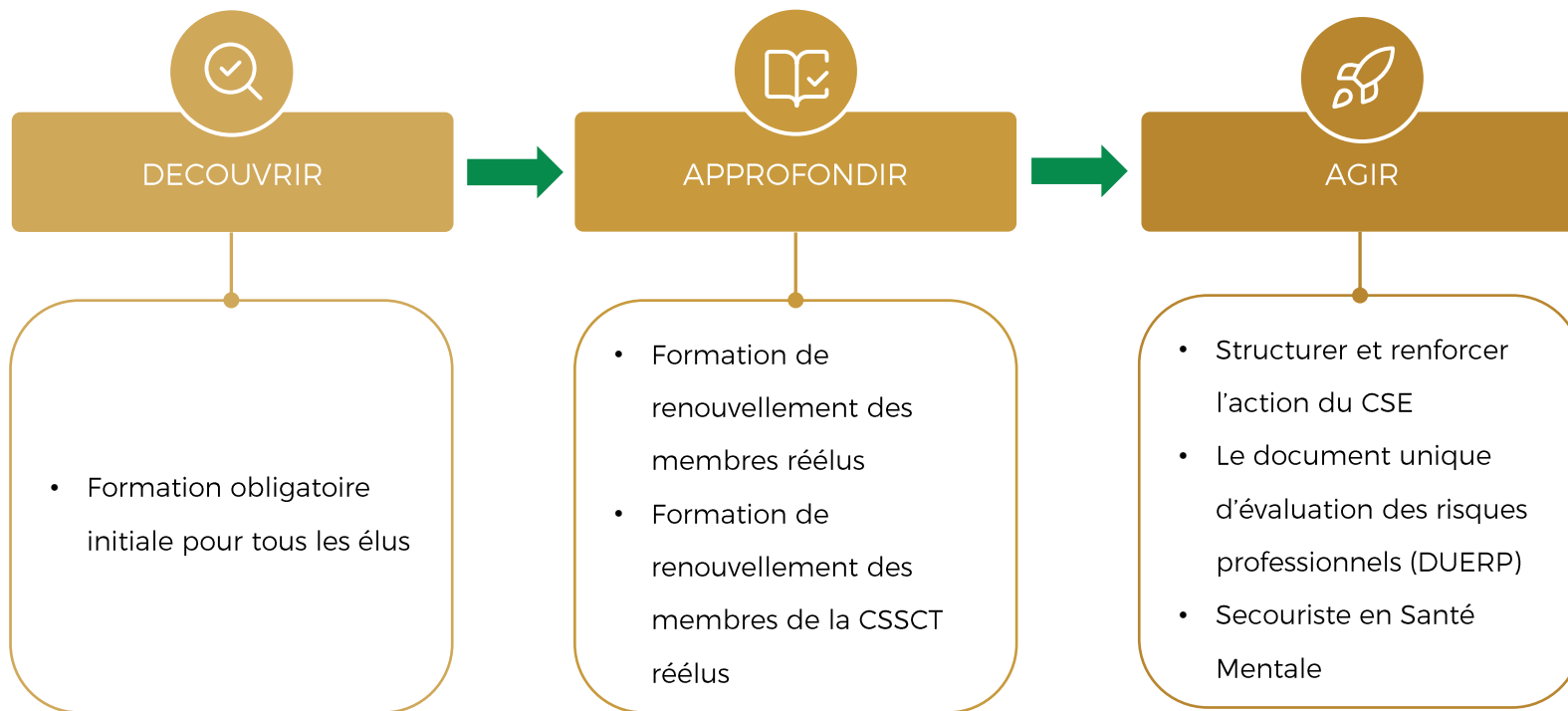


POURQUOI SUIVRE CE PARCOURS ?

- ✓ Exercer son mandat avec davantage d'assurance et de repères
- ✓ Mieux comprendre les situations de travail de votre entreprise pour identifier les enjeux de prévention
- ✓ Passer de l'analyse à l'action grâce à des outils directement mobilisables



LE PARCOURS EN UN COUP D'OEIL





Formation obligatoire initiale pour tous les élus



DECOUVRIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Acquérir les repères indispensables pour exercer pleinement votre mandat, contribuer à un dialogue social constructif et agir concrètement en faveur des conditions de travail dans votre entreprise.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

REGLEMENTAIRES :

- ✓ Développer l'aptitude du participant à déceler puis à mesurer les risques professionnels et sa capacité d'analyse des conditions de travail
- ✓ Initier le participant aux méthodes et procédés à mettre en œuvre pour prévenir les risques professionnels et améliorer les conditions de travail



DEVELOPPES PAR MRE CONSEIL :

- ✓ Comprendre le fonctionnement du CSE
- ✓ Développer l'esprit collaboratif, le travail d'équipe : mettre en place une organisation interne pour optimiser votre collectif de travail

Programme de la formation → page suivante.



PUBLIC CONCERNE

Elus du CSE



DUREE ET FORMAT

5 jours (35 heures)

2 sessions : 3 jours + 2 jours



LIEU / MODALITES

Sur site client

En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Elus CSE



Formation obligatoire initiale pour tous les élus



DECOUVRIR

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Entre les 2 sessions : Passer à l'action	Jour 4	Jour 5
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Les enjeux de la prévention ✓ Les acteurs de la prévention	✓ Retour sur le jour 1 ✓ Les notions fondamentales de la prévention ✓ Les outils de la prévention	✓ Retour sur le jour 2 ✓ La démarche d'évaluation des risques	Vous définissez une action concrète à mettre en œuvre dans votre entreprise pendant cette intersession. Vous pouvez vous appuyer sur les propositions de la formation ou construire votre propre objectif. Lorsque cela est possible, une réunion du CSE est organisée durant cette période afin de mettre en pratique les premiers acquis.	✓ Introduction et présentation ★ Retour sur le travail intersession ✓ Etudes de cas	✓ Retour sur le jour 4 ✓ Les visites de conditions de travail ✓ Informer et sensibiliser les salariés
APRES - MIDI	✓ Rôle, fonctionnement et missions du CSE	✓ Les principaux risques professionnels	✓ L'analyse des accidents de travail ★ L'organisation du CSE ★ Travail intersession ✓ Bilan de la formation		✓ S'informer en santé et sécurité au travail ✓ La démarche de prévention ✓ La remontée d'informations	★ Module au choix* ✓ Le quizz de la prévention ✓ Bilan de la formation

★ Les temps forts de la pédagogie MRE Conseil

* Le module au choix est à sélectionner :

- ✓ Une 2^{ème} session d'étude de cas
- ✓ La démarche de prévention des TMS

- ✓ Les TMS du travail sur écran
- ✓ La démarche de prévention des RPS
- ✓ La qualité de vie et les conditions de travail (QVCT)



Formation de renouvellement des membres réélus



APPROFONDIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Prendre du recul sur votre premier mandat, renforcer vos pratiques et développer de nouveaux leviers d'action pour agir plus efficacement sur les conditions de travail dans votre entreprise.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

REGLEMENTAIRES :

- ✓ Développer l'aptitude du participant à déceler puis à mesurer les risques professionnels et sa capacité d'analyse des conditions de travail
- ✓ Initier le participant aux méthodes et procédés à mettre en œuvre pour prévenir les risques professionnels et améliorer les conditions de travail



DEVELOPPES PAR MRE CONSEIL :

- ✓ Développer l'esprit collaboratif, le travail d'équipe : mettre en place une organisation interne pour optimiser le travail du collectif



PUBLIC CONCERNE

Membres réélus du CSE



DUREE ET FORMAT

3 jours (28 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Elus CSE

Programme de la formation → page suivante.



Formation obligatoire initiale pour tous les élus



APPROFONDIR



DES CONTENUS ADAPTES AUX BESOINS DE VOTRE CSE

Les thèmes abordés sont définis avec les élus afin de répondre aux enjeux de votre entreprise et aux besoins de votre mandat.

ACTUALISER ET DEVELOPPER LES CONNAISSANCES

- ✓ Les enjeux de la prévention
- ✓ Les acteurs de la prévention
- ✓ Les notions fondamentales de la prévention
- ✓ Les principaux risques
- ✓ Les risques spécifiques de l'entreprise
- ✓ Études de cas
- ✓ Quizz de la prévention

AGIR EN TANT QU'ELU

- ✓ Fonctionnement du CSE
- ★ Organisation du CSE
- ✓ Actualiser le DUERP
- ✓ Les visites
- ✓ Analyse des accidents
- ✓ Informer et sensibiliser

★ Les temps forts de la pédagogie MRE Conseil



Formation de renouvellement des membres de la CSSCT réélus



APPROFONDIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Prendre du recul sur vos pratiques au sein de la CSSCT, renforcer votre capacité d'analyse et contribuer efficacement aux travaux du CSE sur les enjeux de santé, sécurité et conditions de travail.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

REGLEMENTAIRES :

- ✓ Développer l'aptitude du participant à déceler puis à mesurer les risques professionnels et sa capacité d'analyse des conditions de travail
- ✓ Initier le participant aux méthodes et procédés à mettre en œuvre pour prévenir les risques professionnels et améliorer les conditions de travail



DEVELOPPES PAR MRE CONSEIL :

- ✓ Développer l'efficacité collective de votre CSSCT en partant des situations rencontrées pendant le mandat
- ✓ Renforcer vos méthodes d'analyse, de priorisation et de contribution aux actions de prévention.

Programme de la formation → page suivante.



PUBLIC CONCERNE

Membres de la CSSCT réélus au CSE



DUREE ET FORMAT

5 jours (35 heures)
2 sessions : 3 jours + 2 jours



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Elus CSE



Formation de renouvellement des membres de la CSSCT réélus



APPROFONDIR

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Entre les 2 sessions : Capitalisez votre expérience	Jour 4	Jour 5
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Les enjeux de la prévention ✓ Les acteurs de la prévention	✓ Retour sur le jour 1 ✓ Les notions fondamentales de la prévention ✓ Les outils de la prévention	✓ Retour sur le jour 2 ✓ La démarche d'évaluation des risques	Vous choisissez une situation vécue par votre CSSCT afin d'identifier les points d'appui, les difficultés et les pistes d'amélioration à travailler lors de la seconde session.	✓ Introduction et présentation ★ Retour sur le travail intersession ✓ Etudes de cas	✓ Retour sur le jour 4 ✓ Les visites de conditions de travail ✓ Informer et sensibiliser les salariés
APRES - MIDI	✓ Rôle, fonctionnement et missions du CSE	✓ Les principaux risques professionnels	✓ L'analyse des accidents de travail ★ L'organisation du CSE ★ Travail intersession ✓ Bilan de la formation	Lorsque cela est possible, une réunion du CSE est organisée durant cette période afin de mettre en pratique les premiers acquis.	✓ S'informer en santé et sécurité au travail ✓ La démarche de prévention ✓ La remontée d'informations	★ Module au choix* ✓ Le quizz de la prévention ✓ Bilan de la formation

★ Les temps forts de la pédagogie MRE Conseil

* Le module au choix est à sélectionner :

- ✓ Une 2^{ème} session d'étude de cas
- ✓ La démarche de prévention des TMS

- ✓ Les TMS du travail sur écran
- ✓ La démarche de prévention des RPS
- ✓ La qualité de vie et les conditions de travail (QVCT)



Structurer et renforcer l'action du CSE



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?



Faire évoluer le fonctionnement de votre CSE en partant de votre expérience pour renforcer son organisation, prioriser les actions et répondre plus efficacement aux enjeux de votre entreprise.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Analyser le fonctionnement de votre CSE à partir de votre vécu
- ✓ Repérer les leviers de progression
- ✓ Se réapproprier les règles de fonctionnement de l'instance
- ✓ Construire collectivement un plan d'actions pour la suite du mandat

PROGRAMME

MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Retour d'expérience du vécu du CSE
APRES-MIDI	✓ Fonctionnement du CSE : rappel réglementaire ✓ Définir un plan d'actions (pour la suite du mandat) au regard du REX et du fonctionnement du CSE ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Elu du CSE



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Elus CSE



Le document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP)



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?



Faire du DUERP un véritable outil au service de votre mandat en apprenant à l'analyser, à l'interpréter et à l'utiliser pour contribuer efficacement aux actions de prévention.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Comprendre les obligations de l'employeur et le rôle du CSE dans la démarche d'évaluation des risques.
- ✓ Analyser le DUERP et identifier les points d'attention pour votre entreprise
- ✓ Formuler des propositions d'amélioration et contribuer au suivi des actions de prévention.

PROGRAMME	
MATIN	✓ Introduction et présentation
	✓ Cadre réglementaire
	✓ Les enjeux du DU
	✓ La démarche d'évaluation
APRES-MIDI	✓ Lecture et analyse du DU existant
	✓ Les repères pour observer les risques sur le terrain
	✓ Les axes d'amélioration
	✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Elu du CSE



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Elus CSE



Secouriste en Santé Mentale



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

 Développer vos capacités à repérer et à intervenir face aux situations de souffrance psychique grâce à la méthode PARER. ★

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Distinguer RPS et Santé Mentale
- ✓ Repérer les signaux de souffrance mentale
- ✓ Agir face à des situations de souffrance mentale

PROGRAMME

MATIN	✓ Introduction et présentation 1. Comprendre le sujet : ○ Santé Mentale : définition et repères 2. Reconnaître les situations les plus fréquentes : ○ Dépression, crise suicidaire troubles anxieux, crise de panique, troubles psychotiques
	3. Savoir quoi faire : ○ PARER : une méthode pour agir ★ 4. S'entraîner à agir : ○ Etudes de cas ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Elu du CSE



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Elus CSE



Parcours Santé Mentale et RPS

Pour comprendre, prévenir et agir face aux risques psychosociaux.



A QUI S'ADRESSE CE PARCOURS ?

- ✓ Managers
- ✓ Responsables RH
- ✓ Membres du CSE et de la CSSCT
- ✓ Référents prévention et acteurs de la santé au travail

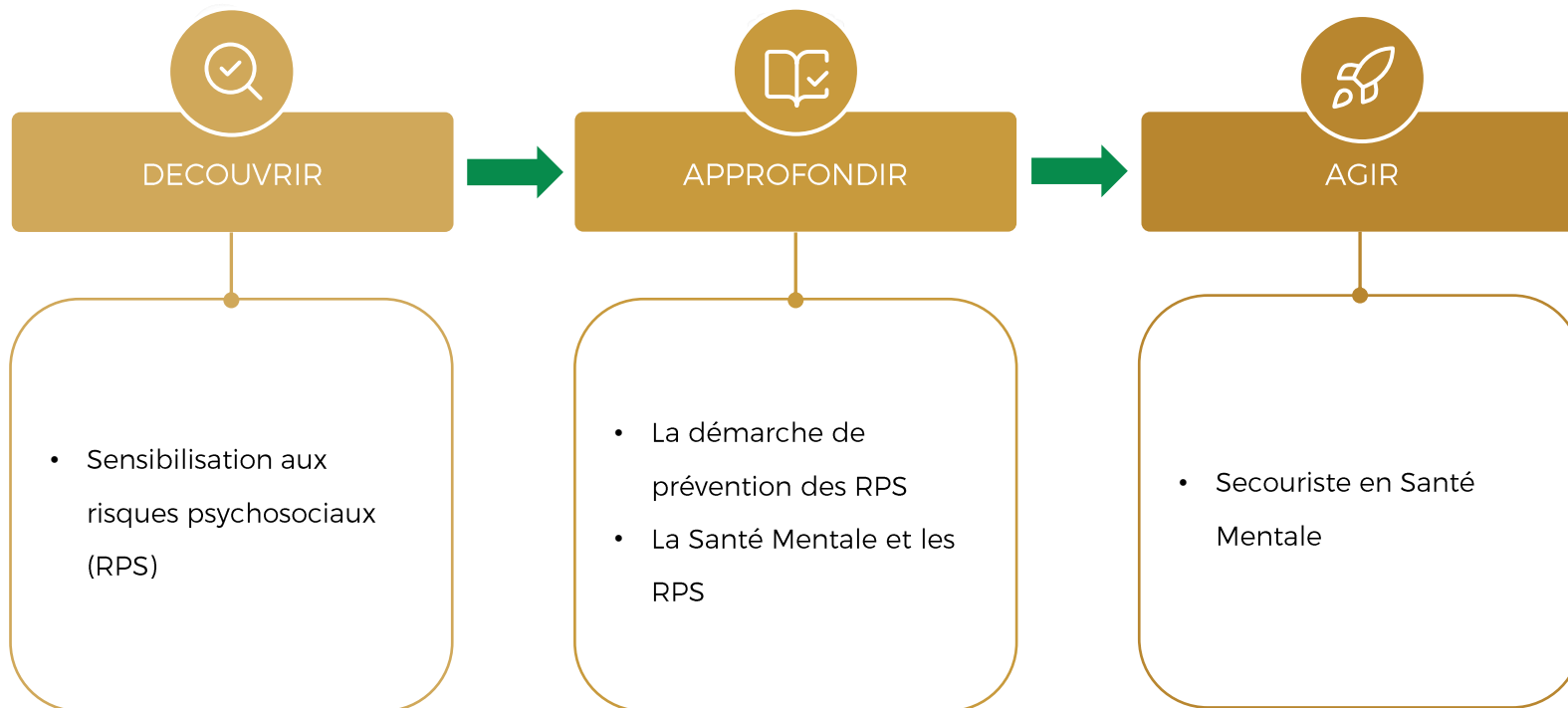


POURQUOI SUIVRE CE PARCOURS ?

- ✓ Comprendre les mécanismes des risques psychosociaux et leurs effets sur la santé mentale et les organisations.
- ✓ Repérer les situations à risque et les facteurs de prévention.
- ✓ Agir grâce à des repères et des outils directement mobilisables.



LE PARCOURS EN UN COUP D'OEIL





Sensibilisation aux risques psychosociaux (RPS)



DECouvrir

POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?



Acquérir des repères concrets pour comprendre les risques psychosociaux, analyser les situations de travail et contribuer à une démarche de prévention adaptée à votre entreprise.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Être familiarisé avec le cadre réglementaire du code du travail
- ✓ Définir les RPS et les appréhender comme risque professionnel
- ✓ Savoir identifier les causes et les facteurs de RPS
- ✓ Situer les RPS en référence à la Qualité de Vie et les Conditions de Travail (QVCT)

PROGRAMME

MATIN

- ✓ Introduction et présentation
- ✓ La relation travail - RPS
- ✓ Le cadre réglementaire et définitions
- ✓ Les conséquences de RPS

APRES-MIDI

- ✓ Les facteurs de RPS
- ✓ Outils de repérage à mobiliser
- ✓ Les liens avec la QVCT
- ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Managers, RH, Elus du CSE, Référents prévention et acteurs de la santé au travail



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Santé Mentale et RPS



La démarche de prévention des risques psychosociaux (RPS)



APPROFONDIR

POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Vous donner les repères méthodologiques pour construire une démarche de prévention des risques psychosociaux adaptée à votre entreprise.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :

- ✓ Être familiarisé avec le cadre réglementaire du code du travail
- ✓ Comprendre le mécanisme des RPS et leurs conséquences
- ✓ Agir en situation RPS
- ✓ Identifier les étapes d'une démarche de prévention des RPS

	Jour 1	Jour 2
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ La relation travail - RPS ✓ Le cadre réglementaire et définitions ✓ Les enjeux et les conséquences de RPS	✓ Retour sur le J1 ✓ Agir en situation de RPS : mises en situation
APRES-MIDI	✓ Les facteurs de RPS : études de cas ✓ Outils de repérage à mobiliser	✓ Agir en prévention des RPS : la démarche de prévention ✓ Les ressources documentaires ✓ Les liens avec la QVCT ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Managers, RH, Elus du CSE, Référents prévention et acteurs de la santé au travail



DUREE

2 jours (14 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Santé Mentale et RPS



La Santé Mentale et les RPS



APPROFONDIR

POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?



Développer des repères mobilisables grâce à la méthode ★ PARER afin de repérer les situations de souffrance psychique, engager le dialogue et orienter la personne de manière adaptée.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Distinguer les RPS et les atteintes à la santé mentale
- ✓ S'approprier les différentes manifestations de la souffrance psychique
- ✓ Identifier les signaux d'alerte et comportements inhabituels
- ✓ Soutenir, orienter et alerter de manière appropriée

	Jour 1	Jour 2
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Santé mentale : de quoi parle-t-on ? ✓ RPS et santé mentale : liens, distinctions ✓ Les familles de troubles	✓ Retour sur le 1er jour ✓ La crise suicidaire ✓ La crise de panique ✓ Les troubles psychotiques
APRES-MIDI	✓ PARER : une méthode pour l'action ★ ✓ La dépression ✓ Les troubles anxieux ✓ Débrief de la 1ère journée	✓ Les repères pour passer à l'action dans la relation d'aide ✓ Mises en situation : réagir face à une situation de souffrance ✓ Quels repères collectifs pour la prévention des RPS ? ✓ Quizz ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Managers, RH, Elus du CSE, Référents prévention et acteurs de la santé au travail



DUREE

2 jours (14 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Santé Mentale et RPS



Secouriste en Santé Mentale



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?



Développer vos capacités à repérer et à intervenir face aux situations de souffrance psychique grâce à la méthode PARER. ★

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Distinguer RPS et Santé Mentale
- ✓ Repérer les signaux de souffrance mentale
- ✓ Agir face à des situations de souffrance mentale

PROGRAMME

MATIN

- ✓ Introduction et présentation
- 1. Comprendre le sujet :
 - Santé Mentale : définition et repères
- 2. Reconnaître les situations les plus fréquentes :
 - Dépression, crise suicidaire troubles anxieux, crise de panique, troubles psychotiques

APRES-MIDI

- 3. Savoir quoi faire :
 - PARER : une méthode pour agir ★
- 4. S'entraîner à agir :
 - Etudes de cas
- ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Managers, RH, Elus du CSE, Référents prévention et acteurs de la santé au travail



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Santé Mentale et RPS



A QUI S'ADRESSE CE PARCOURS ?

- ✓ Managers
- ✓ Responsables RH
- ✓ Copil QVCT
- ✓ Comité de direction

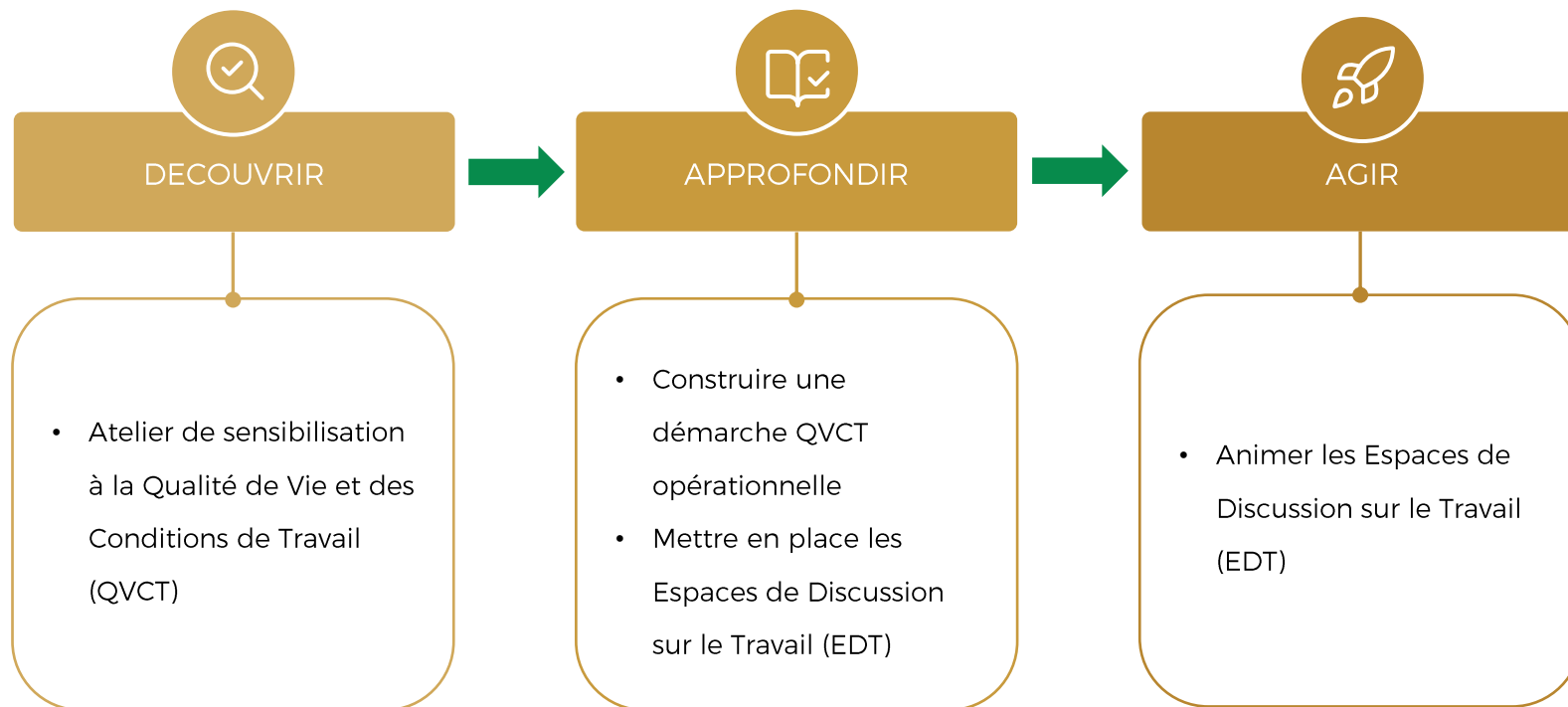


POURQUOI SUIVRE CE PARCOURS ?

- ✓ Comprendre les enjeux de la qualité de vie et des conditions de travail.
- ✓ Faire du travail réel un levier d'amélioration et de dialogue.
- ✓ Construire des actions concrètes adaptées à votre organisation.



LE PARCOURS EN UN COUP D'OEIL





Atelier de sensibilisation à la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT)



DECOUVRIR

 **POURQUOI CHOISIR CET ATELIER ?**
Comprendre ce que recouvre réellement la QVCT afin de dépasser les idées reçues et identifier les leviers d'une démarche adaptée à votre entreprise.

 **OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de l'atelier vous serez capable de :**

- ✓ Définir la QVCT et ses finalités selon le Code du travail
- ✓ Identifier les conditions de réussite d'une démarche QVCT

PROGRAMME

- ✓ Placer la QVCT dans le cadre réglementaire et dans l'évolution des politiques de prévention
- ✓ Comprendre ce qu'est une démarche QVCT : définition, leviers, conditions de réussite
- ✓ Distinguer QVCT, RPS, bien-être au travail et climat social



PUBLIC CONCERNE

Managers, RH, Elus du CSE, Référents prévention et acteurs de la santé au travail



DUREE

½ journée (3h30)
9h-12h30 ou 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de présentation



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Améliorer les Conditions de Travail



Construire une démarche QVCT opérationnelle



APPROFONDIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Vous donner une méthode concrète pour construire une démarche QVCT adaptée aux enjeux, aux ressources et aux réalités de votre entreprise.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :

- ✓ Identifier les composantes de la QVCT et son cadre réglementaire
- ✓ Définir les leviers internes et les actions à déployer pour améliorer la QVCT dans votre entreprise
- ✓ Élaborer un plan d'action adapté à vos contraintes et ressources

	Jour 1	Jour 2
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ La QVCT c'est quoi ? Le modèle Anact ✓ Les étapes de la démarche QVCT	✓ Retour sur le 1er jour ✓ Jeu pédagogique ANACT "Les Essentiels de la QVCT" : faire le point de l'existant et définir les priorités
APRES-MIDI	✓ Les outils de la QVCT ✓ Les acteurs de la démarche QVCT ✓ Synthèse de la journée	✓ Votre démarche QVCT : construire un plan d'actions QVCT ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Comité de direction, Copil QVCT



DUREE

2 jours (14 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Améliorer les Conditions de Travail



Mettre en place les Espaces de Discussion sur le Travail (EDT)



APPROFONDIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Vous donner une méthode concrète pour concevoir et animer des espaces de discussion favorisant l'expression du travail réel et l'amélioration continue des conditions de travail, dans le cadre d'une démarche QVCT.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :

- ✓ Comprendre le concept d'espaces de discussion
- ✓ Identifier les étapes de mise en place des espaces de discussion
- ✓ Inscrire les espaces de discussion dans une démarche globale
- ✓ Animer des espaces de discussion

	Jour 1	Jour 2
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Histoire de nos organisations du travail et la participation des salariés ✓ Les EDT : définitions	✓ Retour sur le 1er jour ✓ Animer un EDT : les grands principes d'animations et le rôle de l'animateur
APRES-MIDI	✓ Les EDT : la démarche de mise en place : exercices collectifs d'ingénierie de mise en place	✓ Animer un EDT : mises en situation ✓ Analyse collective : les +, les -, les points d'attention ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Copil QVCT, Responsables RH
Prérequis : EDT mis en place dans l'entreprise



DUREE

2 jours (14 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Améliorer les Conditions de Travail



Animer les Espaces de Discussion sur le Travail (EDT)



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?



Vous donner les méthodes et les outils pour animer des espaces de discussion favorisant l'expression du travail réel, la participation des salariés et l'amélioration continue des conditions de travail.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :



- ✓ Préparer un espace de discussion
- ✓ Animer plusieurs outils d'expression de la discussion
- ✓ Gérer la dynamique de groupe et les aléas
- ✓ Analyser et améliorer sa pratique d'animation

	Jour 1	Jour 2
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Définition de l'EDT ✓ Le déroulement de l'EDT ✓ La préparation de l'EDT ✓ Les outils d'animation (brainstorming, world café, forum ouvert...)	✓ Retour sur le 1er jour ✓ Analyse collective du rôle de l'animateur ✓ Mises en situation
APRES-MIDI	✓ Le rôle de l'animateur ✓ Mises en situation	✓ Mises en situation ✓ Analyse collective : les +, les -, les points d'attention ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Copil QVCT, Responsables RH, Managers



DUREE

2 jours (14 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Améliorer les Conditions de Travail



Parcours

Prévention des risques professionnels

Pour structurer la démarche de prévention et renforcer la culture sécurité de l'entreprise.



A QUI S'ADRESSE CE PARCOURS ?

- ✓ Référents prévention
- ✓ Managers
- ✓ Responsables RH
- ✓ Toute personne impliquée dans la prévention des risques professionnels

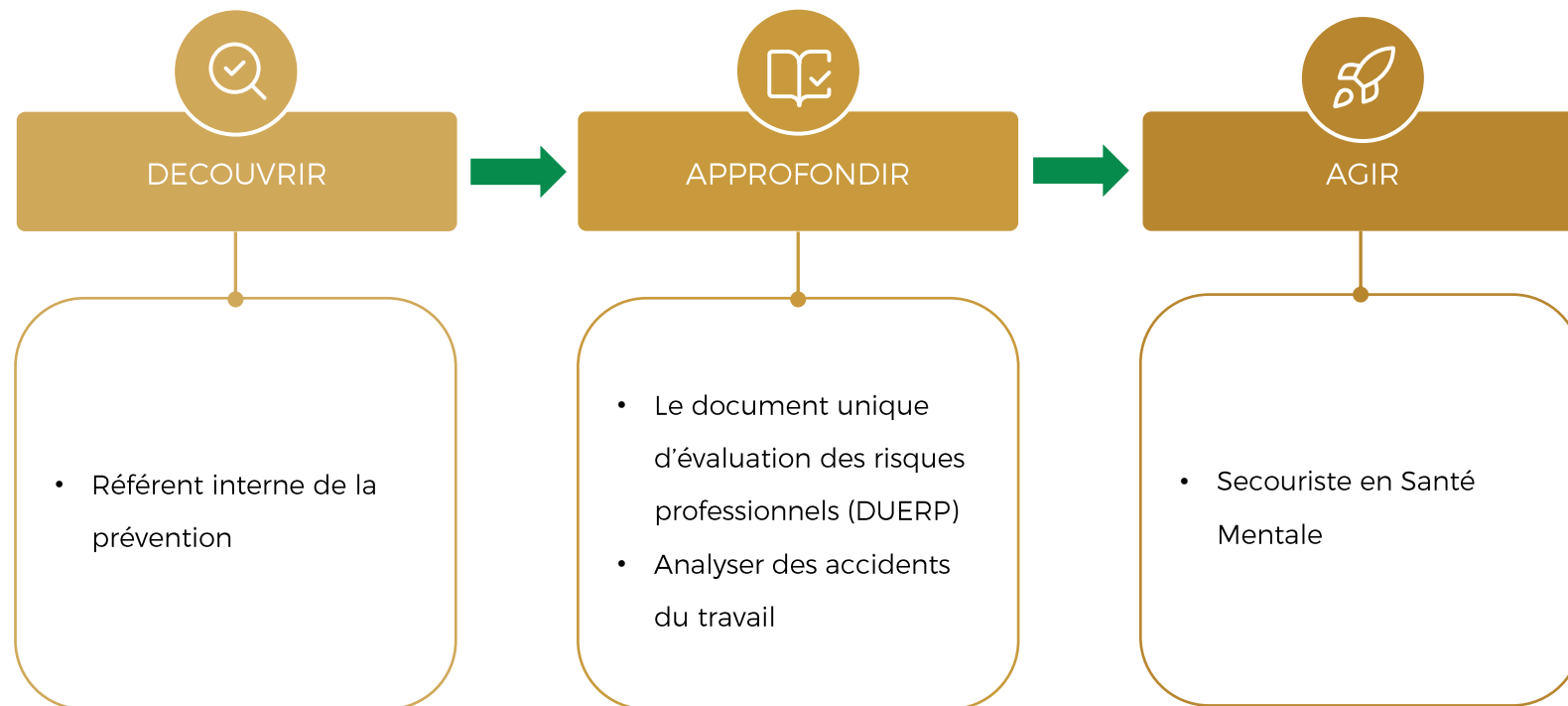


POURQUOI SUIVRE CE PARCOURS ?

- ✓ Comprendre les principes et les obligations de la prévention des risques professionnels.
- ✓ Identifier les risques et analyser les situations de travail de manière structurée.
- ✓ Mettre en œuvre des actions de prévention adaptées à votre entreprise.



LE PARCOURS EN UN COUP D'OEIL





Référent interne de la prévention



DECOUVRIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Vous donner les repères, les méthodes et les outils pour exercer pleinement votre rôle de référent interne de la prévention et contribuer au développement d'une culture de prévention durable dans votre entreprise.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ Appréhender le cadre réglementaire du Code du travail
- ✓ S'approprier les enjeux de la prévention des risques professionnels
- ✓ Réaliser une évaluation des risques et contribuer au DUERP
- ✓ Identifier et proposer des mesures de prévention adaptées
- ✓ Actualiser et animer les démarches de prévention
- ✓ Sensibiliser et mobiliser les collaborateurs autour de la prévention

Programme de la formation → page suivante.



PUBLIC CONCERNE

Toute personne amenée à exercer un rôle de référent interne de la prévention..



DUREE ET FORMAT

5 jours (35 heures)
2 sessions : 3 jours + 2 jours



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Prévention des risques professionnels



Réfèrent interne de la prévention



DECOUVRIR

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Entre les 2 sessions : Passer à l'action	Jour 4	Jour 5
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Les enjeux de la prévention ✓ Les acteurs de la prévention	✓ Retour sur le jour 1 ✓ Les TMS ✓ Les RPS ✓ S'informer en santé et sécurité au travail	✓ Retour sur le jour 2 ✓ L'animation de la prévention dans mon entreprise ✓ Les visites de conditions de travail	Vous définissez une action concrète à mettre en œuvre dans votre entreprise pendant cette intersession. En début de J4 vous partagez et analysez votre retour d'expérience.	Les jours 4 et 5 sont entièrement personnalisables. Les thèmes abordés sont définis avec vous en fonction des enjeux et des besoins de votre entreprise.	
APRES - MIDI	✓ Les notions fondamentales de la prévention ✓ Les outils de la prévention ✓ Les principaux risques professionnels	✓ La démarche d'évaluation des risques ✓ L'analyse des accidents de travail	✓ La remontée d'information ✓ La QVCT ★ Travail intersession		✓ La démarche de prévention des RPS ✓ La démarche de prévention des TMS ✓ Les risques spécifiques dans votre entreprise ✓ Les fondamentaux de la Santé Mentale ✓ Etude de cas	

★ Les temps forts de la pédagogie MRE Conseil



Le document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP)



APPROFONDIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Comprendre le document unique pour en faire un véritable outil de prévention, utile au quotidien et pleinement adapté aux réalités de votre entreprise.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :

- ✓ S'approprier les enjeux de l'EVRP et les obligations réglementaires liées au DU
- ✓ Repérer les risques sur le terrain à partir de situations de travail concrètes
- ✓ Proposer des pistes d'actualisation du DU

PROGRAMME	
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Cadre réglementaire ✓ Les enjeux du DU ✓ La démarche d'évaluation
APRES-MIDI	✓ Lecture et analyse du DU existant ✓ Les repères pour observer les risques sur le terrain ✓ Les axes d'amélioration ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Tout salarié concerné par la prévention des risques dans son entreprise



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Prévention des risques professionnels



Analyser des accidents du travail



APPROFONDIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Acquérir une méthode concrète pour analyser les accidents du travail, identifier leurs causes profondes et définir des actions de prévention adaptées à votre entreprise.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :

- ✓ Identifier les enjeux réglementaires et organisationnels de l'analyse d'un accident
- ✓ Conduire une analyse à partir de la méthode de l'arbre des causes
- ✓ Formuler des pistes de prévention réalistes et cohérentes avec le contexte de travail

PROGRAMME	
MATIN	✓ Introduction et présentation ✓ Cadre réglementaire ✓ Pourquoi analyser un accident ? Enjeux et objectifs ✓ Les éléments clés d'un accident : faits, causes, circonstances
APRES-MIDI	✓ Présentation d'une méthode d'analyse : l'arbre des causes ✓ Mise en application concrète : analyser un accident de travail avec l'arbre des causes ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Référents internes de la prévention, élus CSE, responsables RH



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Prévention des risques professionnels



Secouriste en Santé Mentale



AGIR



POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Développer vos capacités à repérer et à intervenir face aux situations de souffrance psychique grâce à la méthode PARER. ★



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES, à la fin de la formation vous serez capable de :

- ✓ Distinguer RPS et Santé Mentale
- ✓ Repérer les signaux de souffrance mentale
- ✓ Agir face à des situations de souffrance mentale

PROGRAMME

MATIN

- ✓ Introduction et présentation
- 1. Comprendre le sujet :
 - Santé Mentale : définition et repères
- 2. Reconnaître les situations les plus fréquentes :
 - Dépression, crise suicidaire troubles anxieux, crise de panique, troubles psychotiques

APRES-MIDI

- 3. Savoir quoi faire :
 - PARER : une méthode pour agir ★
- 4. S'entraîner à agir :
 - Etudes de cas
- ✓ Bilan de la formation



PUBLIC CONCERNE

Managers, RH, Elus du CSE, Référents prévention et acteurs de la santé au travail



DUREE

1 jour (7 heures)
9h-12h30 / 14h-17h30



LIEU / MODALITES

Sur site client
En présentiel

NOTRE APPROCHE PEDAGOGIQUE

- ✓ A partir des situations de travail réelles
- ✓ Pédagogie active
- ✓ Apports méthodologiques et outils opérationnels
- ✓ Exercices et mises en pratique

A L'ISSUE DE LA FORMATION

- ✓ Support de formation
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Feuille d'émargement
- ✓ Bilan des évaluations des participants



Cette formation s'inscrit dans le parcours
Prévention des risques professionnels

Notre approche pédagogique

Chez MRE Conseil, une formation ne consiste pas à transmettre des connaissances, mais à permettre aux participants de **comprendre, expérimenter, partager leurs expériences et agir durablement** dans leur environnement de travail.



Comment se déroulent nos formations ?



Une expertise nourrie par le terrain

Les contenus de formation sont enrichis en continu par les missions de conseil menées sur le terrain. Ils s'appuient sur des exemples concrets, des outils éprouvés et des réponses directement transposables aux situations de travail rencontrées.



Des situations issues du terrain

Les contenus s'appuient sur des situations réelles rencontrées en entreprise afin de faciliter les liens avec votre activité.



Des participants acteurs de leur formation

Les échanges, les travaux en groupe, les études de cas, les mises en situation et les jeux pédagogiques favorisent l'appropriation des méthodes au-delà d'une transmission de connaissances.



Des outils directement mobilisables

Chaque participant repart avec des repères, méthodes et supports conçus pour être réutilisés dans leur contexte professionnel.



Une formation adaptée à votre organisation

Les contenus sont ajustés à votre secteur d'activité, vos enjeux identifiés et au niveau des participants.



Un équilibre entre apports et expérimentation

Chaque séquence alterne apports structurés, réflexion collective, analyses de situations et mises en pratique afin de favoriser une appropriation progressive des méthodes.



Une progression construite avec le groupe

Le rythme, les exemples et les approfondissements sont ajustés en fonction des échanges et des besoins exprimés tout au long de la formation.

Nos références



23
organisations clientes



96%
des participants se déclarent
« très satisfaits » de leur formation



Industrie



Transport &
Mobilité



État &
Collectivités



Habitat &
Logement



Organisations
professionnelles



Architecture &
Conception

ROUGERIE + TANGRAM



Énergie

activités sociales de l'énergie

Qui animera vos formations ?

Je suis Magali Roque-Escalle, fondatrice de **MRE Conseil**, et j'anime personnellement chacune des formations.

J'accorde une attention particulière à la manière dont elles sont préparées, animées et transposées dans la réalité de votre organisation.



Chaque formation s'appuie sur trois engagements :

Intégrer votre réalité



Les outils, procédures, documents et pratiques déjà en place dans votre organisation sont intégrés aux contenus de formation. Les apports s'appuient sur votre fonctionnement afin de faciliter leur appropriation et leur mise en œuvre.

Une formation qui s'adapte au groupe



Tout au long de la formation, les participants sont invités à faire le lien avec leur propre contexte de travail. L'objectif est qu'ils repartent avec des actions concrètes, réalistes et directement mobilisables dans leur organisation.

Passer à l'action



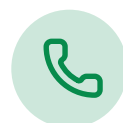
Acquérir les repères indispensables pour exercer pleinement votre mandat, contribuer à un dialogue social constructif et agir concrètement en faveur des conditions de travail dans votre entreprise.



Echangeons autour de votre projet de formation

Chaque organisation est différente.

Nous construisons avec vous une formation adaptée à vos enjeux, à votre secteur d'activité et à vos équipes.



Téléphone

07 49 36 07 08



Email

mre@mre-conseil.com



Site web

www.mre-conseil.com

