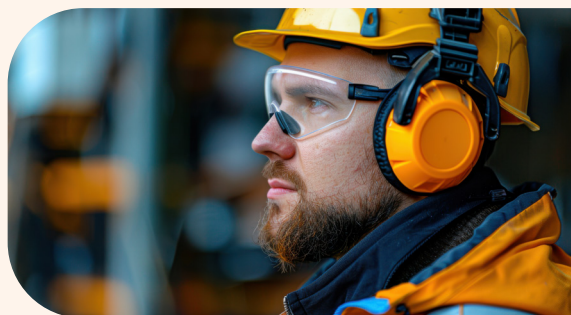


# Catalogue des ateliers et sensibilisations 2026

Découvrez les ateliers et les sensibilisations proposés par le GIST.



# Catalogue des ateliers et sensibilisations

Le GIST propose des **ateliers** et des **sensibilisations** sur différentes problématiques liées au travail et à la santé.

La prévention est le moyen le plus simple et le moins coûteux pour éviter tout accident et la détérioration de la santé des salariés. L'équipe du GIST offre une expertise grâce à des compétences complémentaires : ergonomes, médecins, infirmières, techniciennes hygiène sécurité...

**Ces ateliers et actions de sensibilisation sont compris dans votre cotisation annuelle et sont exclusivement réservés aux adhérents du GIST.**

● Réunion d'information

● Ateliers

● Sensibilisations



# sommaire

## Catalogue des ateliers et sensibilisations

Réunion d'information Offre Socle -----

4

### Ateliers

Mon Document Unique (MDU) -----

5

Réveil Musculaire -----

6

Travail sur écran -----

7

Le risque routier -----

Nouveauté

8

Ergonomie et transformation des situations de travail -----

9

Évaluation des Risques Chimiques Professionnels - L'outil SEIRICH -----

10

Prévention des conduites addictives en milieu professionnel -----

11

Prévention des addictions à destination du personnel encadrant -----

12

Escape Game Risques Généraux-----

Nouveauté

13

### Sensibilisations

Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels (DUERP) -----

14

Le Salarié Désigné Compétent (SDC) -----

15

Prévenir les risques psychosociaux : mieux les comprendre pour agir -----

16

Harcèlement moral, sexuel et agissements sexistes au travail -----

17

Le conflit dans les relations de travail -----

18

Les violences sexistes et sexuelles, un outil pour les évaluer et les prévenir -----

19

Le bruit au travail -----

20

Sommeil - Sieste -----

21

Prévention de la consommation du tabac-----

22

Les dangers du Chrome VI -----

23

Les fumées de soudage -----

24

Risque chimique et produits de nettoyage -----

Nouveauté

25

La Prévention de la Désinsertion Professionnelle (PDP), c'est quoi ? -----

Nouveauté

26

Modules E-Learning Afometra -----

27



## Réunion d'information Offre Socle

Lancer votre démarche de prévention avec le GIST.

Le GIST, c'est quoi ? Comment fonctionne un Service de Prévention et de Santé au travail ? Quels sont les services inclus dans votre offre socle ?

En tant qu'adhérent, vous avez l'opportunité de bénéficier de notre soutien pour démarrer ou poursuivre votre démarche de prévention des risques professionnels. Le GIST vous propose un accompagnement personnalisé, des conseils adaptés et des outils pratiques pour garantir la sécurité et la santé de vos salariés.

Nous vous invitons à une réunion d'information pour découvrir l'ensemble des services inclus dans votre adhésion, poser vos questions et comprendre comment le GIST peut vous accompagner dans l'évaluation et la gestion des risques professionnels.



### Objectifs

- Présenter les missions du GIST
- Promouvoir l'offre socle de services



### Public

- Employeurs
- Dirigeants



### Programme

1. Présentation du GIST
2. Missions du GIST et l'offre socle
  - Suivi individuel de l'état de santé (déclaration, type de visites, réglementation)
  - Prévention des risques professionnels (actions en milieu de travail, sensibilisation, outils)
  - Prévention de la désinsertion professionnelle
3. Offres complémentaires



### Infos pratiques

- Durée : 1 h
- Format : Interentreprises
- Intervenants : Conseiller en Prévention, Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : Jusqu'à 10 participants ou webinaire



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



# Atelier Mon Document Unique (MDU)

Un outil innovant et collaboratif pour évaluer vos risques et réaliser vos plans d'actions

L'outil MDU proposé par le GIST vous aide à démarrer une démarche de prévention et à répondre à votre obligation réglementaire de formaliser le DUERP (Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels).

Pour garantir une utilisation optimale de cet outil, le GIST organise des ateliers MDU personnalisés. Ces ateliers permettent aux entreprises de devenir autonomes dans leur démarche, d'identifier plus facilement les risques professionnels, de recenser les mesures de prévention existantes et de définir celles à mettre en place.



## Objectifs

- Faciliter la prise en main de l'outil Mon Document Unique (MDU).
- Apprendre aux entreprises à repérer leurs risques professionnels par unité de travail, en utilisant l'outil pour les analyser de manière précise.
- Aider les entreprises à définir les premières actions de prévention concrètes en les intégrant dans un plan d'actions.
- Rendre autonome les entreprises dans leur démarche de prévention des risques professionnels.



## Public

- Toute personne désignée par le chef d'établissement pour mettre en œuvre une démarche d'évaluation des risques professionnels (employeurs, référents de l'entreprise en charge de l'évaluation des risques, ressources humaines ...)



## Programme

1. Rappel des éléments généraux de la prévention, de la réglementation et des étapes clés de l'évaluation des risques professionnels
2. Présentation de l'outil MDU (MonDocumentUnique) et de ses fonctionnalités
3. Manipulation de l'outil MDU par les participants avec la création des unités de travail associées aux activités dans l'entreprise.
4. Identification des risques et de situations de travail associées, cotation et mesures de prévention mises en place et à mettre en place.



## Infos pratiques

- Durée : 3 h
- Format : Intraentreprise et Interentreprise
- Intervenant(s) : Intervenants en Prévention des Risques Professionnels/ Technicien Hygiène Sécurité
- Préréquis : Etre équipé d'un ordinateur



## Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)





# Réveil Musculaire

Commencez votre journée du bon pied avec le réveil musculaire : une pratique simple et efficace pour prévenir les douleurs et booster votre énergie !

Faire un réveil musculaire avant de prendre son poste de travail permet d'assurer la transition entre une phase de repos et le début de l'activité professionnelle. On parle alors de mise en route articulaire et musculaire. Finalement, le salarié est comme un sportif qui doit s'échauffer avant de pratiquer son activité.

En intégrant des exercices de réactivation musculaire, les salariés peuvent réduire les tensions et améliorer leur posture, ce qui contribue à diminuer les risques de douleurs chroniques et de blessures.



## Objectifs

- Réduire les risques de blessures en assouplissant les muscles et en améliorant la flexibilité, le réveil musculaire aide à prévenir les blessures musculaires et articulaires.
- Optimiser la concentration et l'énergie. Un corps bien préparé est plus réceptif aux tâches de la journée, avec une meilleure concentration et une réduction de la fatigue.
- Prévenir les douleurs chroniques et les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)



## Public

- Encadrement
- Représentants du personnel
- Salariés



## Programme

1. Qu'est ce que les TMS ?
2. Zoom sur l'activité de l'entreprise et les sollicitations articulaires
3. Comment prévenir les TMS ?
4. Exercice pratique (Réveil musculaire)



## Infos pratiques

- Durée : 45 min
- Format : Intraentreprise
- Intervenant(s) : Infirmiers en santé travail / Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : 15 à 20 personnes



## Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## Travail sur écran

Une démarche pour votre santé !

L'atelier permet aux salariés de connaître les principaux réglages et conseils pratiques d'installation à son poste, et permet d'aborder différentes pistes organisationnelles en limitant les contraintes de sédentarité.

Cet atelier permet de prévenir les risques liés à une exposition prolongée. Apprenez à adopter des gestes et postures adaptés, à gérer la fatigue visuelle et à optimiser votre confort au quotidien.

Protégez vos yeux, votre posture et votre énergie, pour un travail plus serein et productif !



### Objectifs

- Conseils généraux pour permettre de s'autonomiser dans l'installation à son poste



### Public

- Salariés du secteur tertiaire



### Programme

1. Les risques du travail sur écran
2. Conseils en prévention
3. Focus télétravail
4. Management et organisation



### Infos pratiques

- Durée : 45 min
- Format : Intraentreprise
- Intervenant(s) : Infirmiers en santé travail / Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : 12 participants maximum
- Autre : Proposition de l'équipe pluridisciplinaire et/ou à la demande de l'entreprise



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



# Risque routier

Modifier les comportements à risques pour réduire l'exposition aux risques routiers

Chaque année, les accidents routiers professionnels (accidents de trajet domicile-travail et accidents de mission confondus) sont la première cause de mortalité au travail en France. 485 personnes ont été tuées lors d'un déplacement lié au travail en 2022.

En plus des décès, ces accidents ont des conséquences graves pour la santé physique et mentale des salariés. Ce sont aussi des facteurs de désorganisation pour les entreprises. Le risque routier professionnel est ainsi identifié comme un des risques prioritaires du quatrième Plan santé au travail 2021-2025 et comme une priorité de la politique de la sécurité routière.

Le GIST propose de sensibiliser les salariés usagers de la route dans le but de modifier les comportements à risques pour réduire l'exposition aux risques routiers et la sinistralité liée aux déplacements.



## Objectifs

- Prendre conscience des risques routiers professionnels et leurs conséquences
- Identifier les dangers et situations à risques
- Anticiper ces situations pour les éviter
- Connaître les bonnes pratiques



## Public

- Salariés
- Encadrement
- Concerne prioritairement les salariés amenés à se déplacer en moto, voiture, fourgon et/ou en poids lourd dans le cadre de leur travail.



## Programme

1. Etat des lieux
2. La réglementation
3. Les facteurs de risques
4. La prévention
5. Atelier ludique : Quiz, casques de réalité virtuelle



## Infos pratiques

- Durée : 1 h 30
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : intervenant en prévention des risques professionnels et technicien hygiène et sécurité
- Organisation : 10 participants maximum



## Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)





## Ergonomie et transformation des situations de travail

Comment bien conduire un projet de conception ?

La transformation ou la conception de situations de travail sont des opportunités de redéfinir l'organisation et d'améliorer les conditions de travail, ainsi que la productivité et la qualité du travail.

Toutefois, il s'avère qu'elles représentent également des risques. Ainsi, une méthodologie adaptée à cette conduite de projet doit être suivie. Les défauts de conception étant coûteux à tous les niveaux, une conduite anticipée et basée sur le travail réel est un enjeu pour sa réussite.



### Objectifs

- Maîtriser la temporalité, la démarche et les étapes d'un projet architectural
- Identifier et distinguer le rôle des différents acteurs du projet
- Découvrir des outils pour la réflexion (analyse du travail, outils d'aide à la conception...)
- Mise en pratique grâce à des exercices



### Public

- Direction
- RH
- Encadrement
- Représentants du personnel



### Programme

1. Quelques constats
2. Temporalité et étapes de conception
3. Les acteurs du projet
4. Les outils d'aide à la conception



### Infos pratiques

- Durée : 2 h
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Ergonome
- Organisation : 8 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



# Évaluation des Risques Chimiques Professionnels

Un outil pour vous aidez à évaluer vos risques chimiques

## L'outil SEIRICH | Niveau 1 - 2 - 3

L'évaluation des risques chimiques professionnels (EvRC) est souvent un élément critique dans la gestion des risques professionnels et leur transposition dans le Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels (DUERP).

Il existe des outils permettant d'apprécier de manière sereine cette étape essentielle et obligatoire dans la prévention des risques en entreprise. Développé par l'INRS, l'outil SEIRICH (Système d'Évaluation et d'Information des Risques Chimiques) est largement utilisé dans de nombreuses entreprises.

Ce logiciel gratuit facilite la gestion des données de sécurité des produits que vous utilisez ou fabriquez.

Quelque soit votre niveau de connaissance, le GIST vous propose un accompagnement adapté pour vous aider à réaliser l'évaluation de vos risques chimiques.



### Objectifs

- Identifier les produits chimiques de mon entreprise et leurs dangers
- Être capable d'évaluer les risques chimiques dans mon entreprise
- Apprécier le niveau de prévention et de maîtrise des risques chimiques professionnels dans mon entreprise
- Établir un Plan d'action de réduction des risques chimiques



### Public

- Employeur
- Salarié en charge de la santé sécurité ou risque chimique
- SDC



### Programme

1. Rappel sur la démarche d'évaluation et de prévention des risques professionnels
2. Présentation et utilisation de l'outil SEIRICH :
  - Évaluation : création d'inventaires, cartographie des zones de travail, évaluation des risques bruts et résiduels
  - Maîtrise des risques : pondération par les EPI, plan d'action, fichiers d'export et de traçabilité



### Infos pratiques

- Durée : 3 h
- Format : Interentreprises
- Intervenant(s) : chimiste, hygiénistes du travail
- ⚠ Prérequis : connaissances des procédés utilisés dans l'entreprise, accès à l'inventaire des produits utilisés (type, quantité...), venir avec PC et avoir la dernière version 4.2.0 de SEIRICH



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)



## Prévention des conduites addictives en milieu professionnel à destination des salariés

Les addictions touchent un grand nombre de salariés, tous secteurs professionnels confondus, avec un impact pouvant être significatif sur leur santé ainsi que sur leur sécurité au travail. Il est essentiel de créer un environnement où les salariés se sentent soutenus et informés.

Cet atelier, destiné aux salariés, vise à prévenir les risques liés aux comportements addictifs en ouvrant le dialogue sur ces sujets souvent sensibles.



### Objectifs

- Informer et prévenir les risques liés aux addictions, en particulier en milieu professionnel
- Renforcer la conscience des salariés sur les dangers des addictions et l'impact qu'elles peuvent avoir sur leur santé et leur sécurité
- Promouvoir des comportements responsables
- Offrir des ressources pour aider à la gestion des risques



### Public

- Tous les salariés de l'entreprise



### Programme

1. Les drogues, c'est quoi au juste ?
2. Les modes de consommation
3. Informations sur les différentes substances psychoactives
4. Addiction et travail : rappel réglementaire, dépistages



### Infos pratiques

- Durée : 1 h
- Format : Interentreprises
- Intervenant(s) : Infirmiers en santé travail, Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : 12 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)



## Prévention addictions à destination du personnel encadrant

Les pratiques addictives peuvent avoir un impact majeur sur la santé et la sécurité des salariés, mais aussi sur l'environnement de travail.

Certaines conditions professionnelles peuvent favoriser leur apparition. Il est donc essentiel pour les entreprises de reconnaître ces risques et de mettre en place une démarche de prévention collective, tout en offrant un accompagnement personnalisé pour la prise en charge des cas individuels.

En agissant, vous contribuez à un environnement de travail plus sain, sécurisé et performant pour tous.



### Objectifs

- Adopter un langage commun et déconstruire les idées reçues autour de l'addiction
- Agir de manière proactive pour prévenir les accidents du travail, l'absentéisme, les retards
- Favoriser son environnement de travail tout en contribuant à une meilleure gestion des risques liées aux addictions



### Public

- Direction
- RH
- Encadrement
- Représentants du personnel



### Programme

1. Éléments d'information sur les drogues
2. Les modes de consommation
3. Les facteurs de risques et protecteurs
4. La réglementation
5. Conseils de prévention à appliquer en entreprise.



### Infos pratiques

- Durée : 2 h 30
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Médecins du travail, infirmiers en santé travail, Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : 12 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)





# Escape Game Risques Généraux

Sensibiliser aux risques professionnels

Cet escape game immersif, animé par le GIST, propose une expérience ludique spécialement conçue pour les salariés, leur permettant d'aborder les risques généraux (chimiques, bruit, électriques, chutes de hauteur, secours, etc.) dans un environnement interactif. Au travers d'énigmes et de défis, les participants découvriront les bonnes pratiques et les consignes de sécurité de manière dynamique et engageante.

Cette activité vise à sensibiliser les salariés et à renforcer la culture de sécurité tout en favorisant l'esprit d'équipe et la gestion des risques.



## Objectifs

- Sensibiliser les participants aux risques professionnels courants (chimiques, bruit, électriques, etc.).
- Mettre en avant l'importance de la sécurité au travail de manière ludique et interactive.
- Encourager l'esprit d'équipe et la coopération dans la gestion des risques.
- Fournir une compréhension des mesures de sécurité et des bonnes pratiques à adopter face aux risques



## Public

- Salariés
- Encadrants



## Programme

1. Introduction aux risques généraux
2. Présentation de l'escape game et des règles du jeu
3. Résolution des énigmes en équipe
4. Débriefing et retour d'expérience



## Infos pratiques

- Durée : 1 h 30
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenat(s) : Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : 6 à 8 participants maximum
- Autre : Pour les sessions en entreprise, un échange préalable ou une prévisite permet de valider l'espace et d'adapter l'escape game aux besoins de l'entreprise.



## Conditions d'inscription

- Session inter-entreprise : par internet sur site du GIST.
- Session intra-entreprise : sur demande, après validation par le médecin du travail et/ou son équipe pluridisciplinaire et par le Pôle Prévention.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)





## Document Unique d'Évaluation des Risques professionnels

Comprendre et mettre en oeuvre une démarche de prévention dans le cadre du DUERP

Cette sensibilisation au DUERP a pour but de vous accompagner dans la réalisation de votre Document Unique.

L'employeur doit évaluer les risques professionnels et les intégrer dans un Document Unique, essentiel pour la sécurité des travailleurs. (Art. L. 4121-1 et suivants / art. R.4121-1 et suivants du Cdt). Toutefois, le Code du Travail n'impose aucune forme particulière, ce qui rend parfois difficile de se lancer seul dans la mise en oeuvre de son DUERP.

Le GIST vous accompagne dans l'identification des risques professionnels et la rédaction de votre Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels.



### Objectifs

- Appréhender le contexte réglementaire et les notions de dangers, risques et unités de travail
- Comprendre les grandes étapes de l'évaluation des risques professionnels
- Comment agir et mettre à jour son DUERP



### Public

- Personne désignée par le chef d'établissement pour mettre en oeuvre une démarche d'évaluation des risques professionnels (employeurs, référents de l'entreprise en charge de l'évaluation des risques, ressources humaines)



### Programme

1. Le Salarié Désigné Compétent (SDC)
2. Eléments généraux de la prévention et réglementation
3. Présentation de la démarche d'évaluation des risques professionnels et les notions de dangers, risques et unités de travail
4. Présentation d'outils d'évaluation des risques



### Infos pratiques

- Durée : 3 h
- Format : Interentreprises
- Intervenant(s) : Ingénieur Prévention Risques Professionnels, Technicien Hygiène Sécurité



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Inscriptions via le site internet du GIST, rubrique Employeur, DUERP
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)



## Salarié Désigné Compétent (SDC)

Quelles missions, quelles obligations pour l'employeur ?

Depuis le 1er juillet 2012, l'employeur doit désigner un salarié « compétent pour s'occuper des activités de protection et de prévention des risques professionnels de l'entreprise » et ce, quelles que soient la taille et l'activité de son entreprise (Article L.4644-1 du Code du travail).

Le rôle du salarié désigné compétent, bien que l'appellation puisse varier d'une entreprise à l'autre, reste fondamentalement le même : assurer la sécurité et la santé des travailleurs. Il est un acteur clé dans l'évaluation des risques et la mise en place des mesures préventives.

Nous vous proposons une sensibilisation pour mieux comprendre ses missions et renforcer l'engagement de vos équipes dans la prévention.



### Objectifs

- Comprendre le rôle du salarié désigné compétent
- Sensibiliser à la prévention des risques professionnels
- Donner les outils qui vous permettront de définir en interne une / des personnes chargée(s) de ces missions (rôles, missions, moyens)



### Public

- Dirigeants d'entreprises
- Responsables des ressources humaines
- Salariés désignés compétents
- Personnes en charge de la prévention ou du suivi des salariés



### Programme

1. Quelques définitions
2. Les enjeux et objectifs de la prévention
3. Les obligations réglementaires
4. Les acteurs de la prévention
5. Le Salarié Désigné Compétent : rôle, moyens et désignation
6. Chasse aux risques



### Infos pratiques

- Durée : 1 h
- Intervenant(s) : Professionnels du GIST



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)



## Prévenir les risques psychosociaux : mieux les comprendre pour agir

Stress, épuisement professionnel, burnout, RPS...  
Autant de termes dont on entend souvent parler.  
Mais que recouvre réellement la notion générique de « risques psychosociaux » ? Quelles sont les causes ? Et comment agir ?



### Objectifs

- Développer vos connaissances sur les risques psychosociaux et l'ensemble des notions associées
- Comprendre les origines et conséquences des RPS
- Apporter des conseils pour identifier et prévenir les RPS



### Public

- Direction
- RH
- Encadrement
- Représentants du personnel



### Programme

1. Qu'est-ce que les risques psychosociaux ?
2. Les facteurs de RPS
3. Les conséquences des RPS
4. Conseils pour limiter les RPS



### Infos pratiques

- Durée : 2 h
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Médecins du travail, infirmiers en santé travail, Intervenant en prévention des risques professionnels
- Organisation : 10 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## Harcèlement moral, sexuel et agissements sexistes

Repères pratiques et juridiques pour prévenir, agir et sanctionner

Le travail est un espace social qui peut exposer les individus à des agissements hostiles, des inégalités, des discriminations...

Ces situations peuvent être qualifiées de harcèlement moral ou sexuel lorsque les discriminations portent sur le sexe ou le genre.

Les impacts psychologiques, physiques et sociaux de ces violences sur les victimes ainsi que les conséquences sur l'image des entreprises en font un enjeu important.



### Objectifs

- Donner des clés de compréhension pour définir et distinguer clairement les différentes notions
- Apporter des conseils pour agir et prévenir ces violences
- Identifier les premières étapes à mettre en place pour lutter contre ces comportements



### Public

- Direction
- RH
- Encadrement
- Représentants du personnel



### Programme

1. Harcèlement moral et sexuel au travail : de quoi parle-t-on ?
2. Quelques données chiffrées / exemples de situations
3. Conduite à tenir : employeur
4. Conduite à tenir : victime et témoin



### Infos pratiques

- Durée : 1 h 30
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Médecins du travail, infirmiers en santé travail, Intervenant en prévention des risques professionnels
- Organisation : 10 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## Le conflit dans les relations de travail

Le comprendre, le prévenir et agir

Comme dans tout contexte social, les conflits font partie intégrante de la vie de l'entreprise. Ils peuvent survenir entre collègues, entre managers et salariés et même entre plusieurs équipes.

Selon l'étude de Myers et Briggs (2022), on passe en moyenne 4h34 par semaine à gérer des conflits au travail. Ils génèrent donc des impacts négatifs à la fois sur l'activité (baisse de performance et de qualité) mais aussi sur la santé des individus.



### Objectifs

- Déconstruire les idées reçues sur le conflit
- Apporter des clés de compréhension sur le conflit et son apparition
- Apporter des conseils pour agir et prévenir les conflits dans vos équipes
- S'entraîner à l'analyse d'une situation conflictuelle sous l'angle de l'organisation du travail



### Public

- Direction
- Encadrement
- Représentants du personnel



### Programme

1. Eléments de compréhension
2. Le conflit comme processus
3. Conseils de gestion et de prévention des conflits
4. Mise en pratique
5. Se faire accompagner



### Infos pratiques

- Durée : 2 h
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Ergonome / psychologue du travail
- Organisation : 10 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)





# Les violences sexistes et sexuelles, un outil pour les évaluer et les prévenir

Comme pour tous les risques professionnels, il est préférable de « prévenir que guérir ». Le risque des violences sexistes et sexuelles ne font pas l'exception.

Alors que ce risque est souvent relié aux repères juridiques et aux actions à mettre en place lors d'une situation avérée, il est pourtant possible de l'évaluer et de le prévenir.



## Objectifs

- Comprendre et distinguer les différentes notions : agissement sexiste, harcèlement sexuel, agression sexuelle
- Faire le point sur les obligations d'actions et de prévention
- Identifier le lien entre l'organisation du travail et le risque de violences sexistes et sexuelles au travail
- Appréhender une démarche, une méthode et un outil pour évaluer et prévenir ces violences



## Public

- Direction
- RH
- Encadrement
- Représentants du personnel



## Programme

1. Les violences sexistes et sexuelles, de quoi parle-t-on ?
2. Les obligations liées aux violences sexistes et sexuelles au travail
3. Comment prévenir les violences sexistes et sexuelles au travail ?



## Infos pratiques

- Durée : 1 h 30
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Ergonome / psychologue du travail
- Organisation : 10 participants maximum



## Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## Le bruit au travail

Réduire le bruit pour préserver la santé des salariés

Le bruit est très souvent, voire en permanence présent dans le cadre professionnel. Il peut entraîner non seulement des pertes auditives, mais aussi de l'inconfort, de la fatigue mentale et du stress qui, avec le temps, affectent la santé du travailleur, sa sécurité et la qualité de son travail.

Néanmoins, il existe des moyens pour limiter l'exposition des travailleurs aux nuisances sonores. Des mesures pour réduire le bruit, allant de l'aménagement acoustique des espaces à l'encoffrement des équipements bruyants, les mesures collectives de lutte contre le bruit sont les plus efficaces.



### Objectifs

- Connaître les effets du bruit sur la santé
- Amener les salariés à repérer les situations à risques
- Apporter des connaissances sur les moyens de prévention



### Public

- Salariés
- Dirigeants
- Encadrement
- Toute personne exposée au bruit



### Programme

1. Qu'est-ce que le bruit ?
2. Les effets du bruit sur la santé
3. Réglementation et méthodologie d'évaluation
4. Prévenir les risques, protéger les salariés



### Infos pratiques

- Durée : 2 h
- Format : Interentreprises / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Hygiénistes du travail, Technicien Hygiène Santé
- Organisation : 5 à 12 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## Sommeil - Sieste

Boostez votre énergie : La sensibilisation au sommeil et à la sieste, un atout de prévention !

À travers des actions pédagogiques, cette prestation encourage des pratiques favorisant la récupération physique et mentale, afin de prévenir les risques liés à la fatigue.

Le GIST vous propose une sensibilisation sur le sommeil et la sieste, pour améliorer votre bien-être et votre performance au quotidien. Découvrez l'importance d'un sommeil réparateur et des bienfaits d'une sieste courte, afin de lutter contre la fatigue et optimiser votre énergie.

Grâce à cette démarche de prévention, apprenez à adopter des habitudes de sommeil saines et efficaces pour booster votre concentration, votre productivité et votre qualité de vie.



### Objectifs

- Comprendre les risques liés au manque de sommeil : Qu'est ce que c'est ? Comment ? Qui est concerné ?
- Réduire les risques liés à la fatigue
- Promouvoir des habitudes de vie saines



### Public

- Encadrement
- Représentants du personnel
- Salariés



### Programme

1. Pourquoi s'intéresser au sommeil ?
2. Le cycle circadien
3. Le temps de sommeil
4. Le train du sommeil
5. Dormir, à quoi ça sert ?
6. Conséquences du manque de sommeil
7. La sieste
8. Conseils pratiques



### Infos pratiques

- Durée : 45 min
- Format : Intraentreprise
- Intervenant(s) : Infirmiers en santé travail / Technicien Hygiène Sécurité
- Organisation : 12 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)



## Prévention de la consommation du tabac

La consommation de tabac concerne un nombre important de salariés, alors qu'elle est la 1<sup>ère</sup> cause de mortalité évitable en France, et est responsable de nombreuses pathologies. Le tabac a également un impact sur le travail et un coût pour l'entreprise : absentéisme plus important, baisse de productivité, majoration de certains risques professionnels...

Il s'agit donc d'un enjeu de prévention important, avant tout pour la santé des salariés mais aussi pour l'entreprise (amélioration de la performance et de l'image, bien-être des collaborateurs...).



### Objectifs

- Sensibiliser les salariés à l'impact du tabac sur leur santé
- Déconstruire des idées reçues
- Donner des conseils de réduction des risques
- Informer sur les moyens d'aide au sevrage existant, pour eux comme leur entourage.



### Public

- Salariés de l'entreprise, qu'ils soient fumeurs ou non. La sensibilisation vise aussi bien à prévenir les risques liés à la consommation de tabac qu'à offrir un soutien à ceux qui souhaitent arrêter de fumer.



### Programme

1. Les risques du tabac sur la santé
2. Le tabac en milieu professionnel
3. La dépendance au tabac
4. Les avantages de l'arrêt du tabac
5. Accompagnement et soutien pour arrêter de fumer
6. La prévention du tabagisme passif
7. La politique de prévention en entreprise concernant le tabac



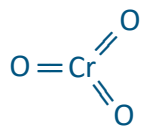
### Infos pratiques

- Durée : 1 h
- Format : Interentreprises
- Intervenant(s) : Technicienne Hygiène Sécurité et infirmière en santé au travail
- Organisation : 12 participants maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)



## Les dangers du Chrome VI

Protégez votre santé, réduisez les risques d'exposition

Le chrome VI est un composé hautement toxique, cancérigène et dangereux pour les voies respiratoires, la peau, et d'autres organes. Il est souvent utilisé dans des procédés industriels comme le chromage, le traitement de surface des métaux, ou encore dans certains produits de peinture et de revêtements.

Ce composé est également présent dans les fumées de soudage de l'inox et de certains alliages. La sensibilisation aux dangers du chrome VI permet de prévenir la santé des travailleurs et ses effets à long terme. En fournissant des informations sur les risques du chrome VI, les bonnes pratiques à adopter et l'utilisation des équipements de protection, chaque salarié peut prendre des mesures pour réduire son exposition et contribuer à un environnement de travail plus sûr.

Agissez dès maintenant pour protéger votre santé et celle de vos collègues !



### Objectifs

- Identifier le risque (où se cache le CrVI)
- Prévenir les dommages pour la santé associés à l'exposition à cette substance chimique
- Effectuer un suivi médical régulier
- Respecter les normes de sécurité



### Public

Tous les salariés exposés aux risques du chrome VI

- Salariés soudeurs
- Chaudronniers
- Chefs de chantiers
- Peintres



### Programme

1. Définition du Chrome VI et son environnement
2. Règlementation
3. Suivi médical
4. Effets sur la santé
5. Mesures de prévention (EPC, EPI, bonnes pratiques et hygiène)



### Infos pratiques

- Durée : 1 h
- Format : Interentreprises
- Intervenant(s) : Intervenant en prévention des risques professionnels, Technicien Hygiène Santé, Infirmiers en santé travail
- Organisation : 12 salariés maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [ateliers.prevention@gist44.fr](mailto:ateliers.prevention@gist44.fr)





## Fumées de soudage

Pour que votre santé ne parte pas en fumée

Les fumées de soudage de métaux peuvent, selon leur composition, leur concentration et la durée d'exposition, présenter des effets néfastes pour la santé et être à l'origine de pathologies professionnelles.

Ces fumées peuvent contenir des substances toxiques comme des oxydes métalliques, des gaz ou des composés organiques volatils, qui sont dangereux pour les voies respiratoires, le système nerveux, et d'autres organes. Les risques concernent non seulement les soudeurs mais également les personnes qui travaillent à proximité.

Inscrivez-vous à cette sensibilisation et bénéficiez de l'accompagnement du GIST pour aider vos salariés à comprendre les risques liés aux fumées de soudage et mettre en place une démarche de prévention efficace !



### Objectifs

- Informer les travailleurs des dangers liés à l'inhalation des fumées de soudage
- Diffuser les bonnes pratiques de sécurité, telles que l'utilisation de protections respiratoires (masques, ventilations adaptées), et sur les techniques permettant de limiter l'exposition (TIG)
- Réduire les risques de maladies professionnelles à long terme
- Promouvoir un environnement de travail plus sûr



### Public

- Salariés
- Encadrement
- Direction



### Programme

1. Identification des dangers des fumées de soudage
2. Effets sur la santé
3. Réglementation
4. Suivi médical
5. Mesures de prévention (EPC, EPI, bonnes pratiques et hygiène)



### Infos pratiques

- Durée : 1 h
- Format : Interentreprises
- Intervenant(s) : intervenant en prévention des risques professionnels, Technicien Hygiène Santé, Infirmiers en santé travail
- Organisation : 12 salariés maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## Risque chimique et produits de nettoyage

Adoptez les bonnes pratiques face aux produits chimiques de nettoyage !

Les produits détergents et désinfectants sont très largement utilisés. Utilisés sans précaution, certains produits de nettoyage peuvent impacter la santé et la sécurité des utilisateurs. Il est donc important de connaître les risques liés aux activités de nettoyage et de mettre en place des mesures de précaution adaptées.



### Objectifs

- Aider les entreprises concernées par les activités de nettoyage à mettre en place des actions de prévention adaptées au risque chimique



### Public

- Personne désignée par le chef d'établissement pour mettre en œuvre une démarche d'évaluation des risques professionnels (employeurs, référents de l'entreprise en charge de l'évaluation des risques, ressources humaines)



### Programme

1. Identifier les produits chimiques et les risques associés.
2. Connaître les grandes familles de nettoyeurs et leurs effets sur la santé.
3. Adopter les bonnes pratiques pour se protéger.
4. Comprendre les situations accidentelles pour mieux les prévenir.



### Infos pratiques

- Durée : 45 mn
- Format : Interentreprises et intraentreprise
- Intervenant(s) : Technicien Hygiène Sécurité et Infirmière Santé Travail
- Organisation : 12 personnes maximum



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



## La PDP, c'est quoi ?

Comment vous accompagner sur le maintien en emploi

Cette sensibilisation vise à donner aux employeurs, responsables d'entreprise et référents handicaps les bases de la Prévention de la Désinsertion Professionnelle et de faire connaître la Cellule PDP du GIST.

Durant cette session, des échanges interactifs permettront aux participants de découvrir l'intérêt d'anticiper les situations à risque de désinsertion professionnelle et les outils mobilisables permettant de les y aider.



### Objectifs

- Comprendre l'intérêt de prendre en charge précocement les situations à risques de désinsertion professionnelle
- Savoir identifier les situations à risques de désinsertion professionnelle
- Connaître certains outils d'aide au maintien de l'employabilité des salariés
- Connaître le fonctionnement de la cellule PDP du GIST



### Public

- Employeurs
- Responsables RH
- Managers et encadrants
- Référents QVCT / Handicap / Prévention



### Programme

1. Définition de la PDP et facteurs de risques
2. Les enjeux de la PDP
3. Le rôle de l'employeur : signaux d'alerte et actions de prévention possibles
4. Présentation de la Cellule PDP du GIST
5. Les outils de la PDP
6. Exemple de prise en charge, retours d'expérience
7. Échanges et questions avec les participants.



### Infos pratiques

- Durée : 1 h 30
- Format : Interentreprise / Intraentreprise
- Intervenant(s) : Membre de la cellule PDP
- Organisation : entre 3 et 10 participants



### Conditions d'inscription

- Se rapprocher de l'équipe pluridisciplinaire de votre médecin du travail.
- Par mail : [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)



# Modules E-Learning Afometra

Une plate-forme d'e-learning, tout spécialement créée par les services de santé au travail, est mise gratuitement à votre disposition pour former vos salariés à la prévention des risques professionnels et vous aider dans votre mission d'évaluation des risques (l'accès à ces modules est libre et son coût est compris dans votre cotisation).



## 13 modules

- Évaluation des risques coté salariés
- Évaluation des risques coté employeurs
- Les risques liés aux produits chimiques
- Gestes et postures
- Horaires atypiques et troubles du sommeil
- Risque routier
- Bruit
- Vieillesse au travail
- Manutention manuelle de charges
- Risques psychosociaux
- Gestion de la sous-traitance en sécurité
- Santé publique au travail
- Addiction en milieu professionnel



## Comment y accéder ?

Ces modules sont en accès libre pour toutes les entreprises adhérentes au GIST. Vous pouvez accéder à certains modules anonymement (sans inscription) ou créer un compte avec votre numéro d'adhérent. Ces sensibilisations sont accessibles en ligne et vous permettent de suivre à votre rythme, tout en bénéficiant de contenus pratiques et actualisés. À l'issue de chaque module, un certificat de réussite vous sera délivré, validant vos compétences acquises.

- Site internet : [e-learning.afometra.org](http://e-learning.afometra.org)



GIST | Service de prévention et de santé au travail interentreprise  
Siège social : 28 rue des Chantiers CS 50211 • 44614 Saint-Nazaire cedex  
02 40 22 52 42 | [gist44.fr](http://gist44.fr) | [contact@gist44.fr](mailto:contact@gist44.fr)

