



Datadock

Organisme  
Référéncé

N° 91300356330

**STAGE INTRA ENTREPRISE**

Formations en intra entreprise jusqu'à 12 participants entre 870 € et 1980 € ht par stage

*(Hors frais de déplacement des intervenants)**"Tarifs nets : T.V.A non applicable – art 293 B du code Général des Impôts"*Vous pourrez consulter plusieurs autres programmes répondant à vos besoins sur le site <http://www.heracles-formation.fr>**Thème / durée / prix stage**

<b>Gestion du stress</b> <i>Un intervenant : psychologue</i>	<b>1 jour</b>	<b>990 €</b>
<b>Gestion des conflits</b> <i>Deux intervenants : psychologue / expert sécurité</i>	<b>1 jour</b>	<b>1080 €</b>
<b>Gestion des conflits et de l'agressivité</b> <i>Deux intervenants : psychologue / expert sécurité</i>	<b>2 jours</b>	<b>1980 €</b>
<b>Troubles Musculo-squelettiques</b> <i>Un intervenant : Ergothérapeute</i>	<b>1 jour</b>	<b>990 €</b>
<b>Processus relationnel , conflictuel et agressif en milieu soignant</b> <i>Deux intervenants : psychologue / expert sécurité</i>	<b>2 jours</b>	<b>1980 €</b>
<b>Se protéger des agressions pendant les soins</b> <i>Un intervenant : expert sécurité</i>	<b>1 jour</b>	<b>870 €</b>
<b>Réagir en cas d'intrusion et d'attaque terroriste</b> <i>Un intervenant : expert sécurité</i>	<b>1 jour</b>	<b>990 €</b>



## PROGRAMME

### GESTION DU STRESS

Durée 01 jour

#### OBJECTIF

- Identifier, définir et comprendre les causes professionnelles sources de stress
- S'auto-évaluer lors de tests pour prendre conscience de ses modes de fonctionnements
- Connaitre les différentes formes de stress et les symptômes physiologiques, physiques et psychoaffectifs
- Prévenir l'épuisement professionnel ou « Burn out »
- Etre à l'écoute de soi et mettre en place des exercices (relaxation, sophrologie)

#### PROGRAMME

- ✓ Définir le stress
- ✓ Autodiagnostic
- ✓ Le rôle des émotions et charges émotionnelles
- ✓ Identifier ses besoins et les qualifier
- ✓ Se retrouver
- ✓ Gérer efficacement les tensions physiques et mentales
- ✓ Améliorer ses relations interpersonnelles
- ✓ Appréhender la confiance en soi
- ✓ Maîtriser efficacement son temps
- ✓ Comprendre et prévenir l'épuisement professionnel 'Burn out'
- ✓ Se relaxer

Stage proposé en intra entreprise : 990 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateur

1 Psychologue

### GESTION DES CONFLITS

Durée 01 jour

#### OBJECTIF

- Etre capable de s'auto-évaluer au niveau comportemental : *découvrir ses points faibles, acquérir de l'assurance*
- Adopter une attitude de vigilance active
- Détecter les indicateurs de modification comportementaux et savoir gérer un conflit

#### PROGRAMME

- ✓ Retour sur expérience
- ✓ Prise de conscience de ses points faibles, des processus cognitifs et émotionnels
- ✓ La communication positive
- ✓ Faire face aux critiques
- ✓ Anticiper une situation (synergologie)
- ✓ Principes d'adaptation et de faire face
- ✓ Désamorçage d'une situation conflictuelle
- ✓ Optimisation de ses compétences
- ✓ Mises en situations

Stage proposé en intra entreprise : 1080 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateurs

1 Expert sécurité / 1 Psychologue



## PROGRAMME

### GESTION DES CONFLITS ET DE L'AGRESSIVITE

Durée 02 jours

#### OBJECTIF

- Comprendre et se comprendre dans les processus relationnels comportementaux en situation de stress et en situation d'agressivité
- Analyser les comportements pour mieux anticiper les situations de stress et d'agressivité
- Adapter et s'adapter en situation spécifique
- Savoir anticiper un acte agressif
- Se protéger en cas d'acte agressif
- Minimiser les risques de blessures

#### PROGRAMME

- ✓ Retour expérientiel
- ✓ Autodiagnostic
- ✓ Notions et concept stress et agressivité
- ✓ Approche et analyse des principes en communication spécifique
- ✓ Compréhension des postures et attitudes
- ✓ Réaction de soi et de l'autre en situation de stress, en situation d'agression
- ✓ Adaptation des schémas internes
- ✓ Intégration et ancrage de processus adaptés
- ✓ Apprentissage de techniques simplifiées d'auto-défense
- ✓ Prise en compte de l'environnement professionnel
- ✓ Mises en situations professionnelles

Stage proposé en intra entreprise : 1980 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateurs

1 Expert sécurité / 1 Psychologue

### TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES

Durée 01 jour

#### OBJECTIF

- Etre capable de s'auto-évaluer et d'évaluer la maîtrise du geste technique
- Adopter les gestes corrects avec les malades hospitalisés
- Détecter et vérifier les indicateurs d'adaptation efficiente des bons gestes

#### PROGRAMME

- ✓ Retour sur expérience
- ✓ Prise de conscience de ses points faibles
- ✓ Corriger ses postures, utilisation des aides techniques
- ✓ Notion d'ergonomie
- ✓ Principes de base appliqués à la manutention manuelle
- ✓ Principes d'autonomie de l'utilisateur
- ✓ Optimisation de ses compétences :
- ✓ Mises en situations
- ✓ Transmission des savoirs
- ✓ Mises en situations professionnelles

Stage proposé en intra entreprise : 990 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateur

1 Ergothérapeute



## PROGRAMME

### PROCESSUS RELATIONNEL, CONFLICTUEL ET AGRESSIF EN MILIEU SOIGNANT

Durée 02 jours

#### OBJECTIF

- Comprendre et se comprendre dans les processus relationnels comportementaux
- Communiquer avec les patients
- Adapter et s'adapter en situation spécifique
- Comprendre les limites de maltraitance soignant/soigné
- Anticiper un acte agressif
- Se protéger en cas d'agression
- Gérer ses charges émotionnelles

#### PROGRAMME

- ✓ Notion et concept stress et agressivité
- ✓ Principes en communication spécifique
- ✓ Compréhension des postures, attitudes et comportements
- ✓ Adaptation des schémas internes
- ✓ Anticiper une situation conflictuelle ou agressive
- ✓ Stratégies de protection au sein de l'environnement professionnel
- ✓ Techniques de protections individuelles
- ✓ Maitriser de personnes agressives
- ✓ Techniques de relaxation
- ✓ Mises en situations professionnelles

Stage proposé en intra entreprise : 1980 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateur

1 Expert sécurité / 1 Psychologue

### SE PROTEGER DES AGRESSIONS PENDANT LES SOINS

Durée 01 jour

#### OBJECTIF

- Connaître le cadre légal
- Anticiper un acte agressif
- Eviter la blessure
- Assister à un collègue en difficulté
- Maitriser un patient difficile ou agressif

#### PROGRAMME

- ✓ Le droit de défense de la personne
- ✓ Analyser et anticiper un acte agressif
- ✓ Réagir dans le cadre déontologique de la profession
- ✓ Positionnement
- ✓ Techniques de protection individuelle
- ✓ Les différentes techniques de dégagement
- ✓ Les immobilisations
- ✓ L'assistance à un collègue en difficulté
- ✓ Techniques de contention sur personnes agressives
- ✓ Mises en situations professionnelles

Stage proposé en intra entreprise : 870 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateur

1 Expert sécurité



## PROGRAMME

### Réagir en cas d'intrusion et d'attaque terroriste

Durée 01 jour

#### OBJECTIF

- Identifier et évaluer les menaces et les risques
- Connaître les moyens de protection
- Savoir réagir lors d'une attaque terroriste

#### PROGRAMME

- ✓ Evaluer ses réactions (exercice sur table)
- ✓ Définir le terrorisme
- ✓ Détecter un acte de radicalisation
- ✓ Organisation de la prévention et des moyens de protection
- ✓ Identifier les menaces et les risques
- ✓ Détecter un colis suspect et prendre les mesures adaptées
- ✓ Le passage à l'acte
- ✓ Les réactions à adopter lors de l'intervention des forces de l'ordre
- ✓ Exercice de simulation

Stage proposé en intra entreprise : 990 € net  
(Hors frais de déplacement de nos intervenants)

#### Formateur

1 Expert sécurité (spécialiste du milieu médical)

### Diagnostic sûreté

Durée : (fonction de la taille de l'établissement)

#### OBJECTIF

- Visite de l'ensemble du site
- Répartition des missions spécifiques
- Préparation des fiches réflexes sûreté
- Aide à l'élaboration du processus de gestion de crise
- Elaboration du diagnostic sûreté avec préconisations

#### P.S.E

(Fonction de la taille de l'établissement)

Coût : Sur devis

#### Intervenant

Docteur en administration publique  
Consultant sûreté-sécurité