

Catalogue des Formations

BC Prévention – La prévention au cœur de l'humain



Organisme certifié Qualiopi ✓

Habilité INRS ✓

Agré Comité Régional pour l'Emploi -DREETS ✓

Catalogue des Formations

BC Prévention – La prévention au cœur de l'humain

Après **32 années** consacrées à la **prévention des risques professionnels**, j'ai choisi de donner un nouveau souffle à mon engagement en créant **BC PREVENTION - Carole Valentin**.

Ce projet est né d'une **passion intacte pour la santé et la sécurité au travail**, mais aussi d'une **envie profonde de transmettre** mes connaissances, mon expérience de terrain et ma vision d'une **prévention humaine, concrète et accessible à tous**.

Chaque formation, chaque accompagnement que je propose aujourd'hui est le fruit de décennies de pratique, d'écoute et de collaboration avec les salariés, la médecine du travail, la CARSAT et tous les acteurs de la prévention.

Je crois qu'une **culture de prévention forte** se construit dans la durée, avec pédagogie, rigueur et bienveillance. **En tant qu'organisme de formation certifié, j'assure à la fois la commercialisation et la réalisation de toutes les formations.**

Cela signifie pour vous :

- ✧ **Un gain de temps** : un seul interlocuteur du début à la fin.
- ✧ **Un agenda maîtrisé** : nous fixons ensemble les dates, sans mauvaises surprises
- ✧ **Une transparence tarifaire** : le prix annoncé est le prix final, pas de coûts cachés.
- ✧ **Un circuit court** : relation directe entre vous et moi, sans intermédiaire, pour plus d'efficacité et de réactivité.

Avec **BC PREVENTION - Carole Valentin**, j'accompagne les entreprises, les collectivités et les établissements dans leurs obligations réglementaires, mais aussi dans une **démarche proactive de qualité de vie au travail**, de maîtrise des risques et de **valorisation du capital humain**.



sommaire

- **Santé & Sécurité au travail**

Sauveteur Secouriste du Travail-SST

Référent Harcèlement

- **Prévention des risques**

Troubles Musculosquelettiques -TMS

Gestes et postures « Manutention de charges» sur poste de travail

Prévention

Initiation au défibrillateur

Risques Psychosociaux -RPS

- **Qualité de vie au travail**

Onboarding (Welcome to the team!)

- **Dialogue social et management**

Comité Sociale et Economique -CSE

Commission Santé Sécurité Conditions de Travail -CSSCT



SST – Sauveteur Secouriste du Travail

Objectif :

Former des salariés capables d'intervenir efficacement en cas d'accident du travail ou de situation d'urgence.

Identifier les risques professionnels et prévenir les accidents.

Assurer les premiers secours jusqu'à l'arrivée des services spécialisés.

Public concerné :

Tout salarié volontaire, quel que soit le secteur d'activité.

Priorité donnée aux postes à risque ou aux entreprises souhaitant améliorer la sécurité sur le lieu de travail.

Durée :

Formation initiale : 14 heures (généralement 2 jours).

Formation de maintien et d'actualisation des compétences (MAC) : 7 heures (1 jour).

Modalité :

Formation en présentiel, alliant apports théoriques et mises en situation pratiques.

Supports pédagogiques inclus : manuel SST, fiches pratiques, vidéos de démonstration.

Évaluation continue par exercices pratiques et questions orales.

Remise d'une attestation et, après réussite, délivrance de la carte SST valable 2 ans.



Référent lutte contre le harcèlement sexuel et agissements sexistes

Objectif :

Comprendre le cadre légal relatif au harcèlement sexuel et aux agissements sexistes en entreprise.

Acquérir les compétences pour repérer, prévenir et traiter les situations de harcèlement.

Savoir accompagner et orienter les victimes, en lien avec les dispositifs internes et externes.

Renforcer la politique de prévention et la qualité de vie au travail dans l'entreprise.

Public concerné :

Référent harcèlement sexuel et agissements sexistes désigné au sein du CSE (obligatoire dès 11 salariés).

Référent RH ou prévention désigné par l'employeur.

Managers et responsables impliqués dans la prévention des risques psychosociaux.

Durée :

Formation initiale : 1 jour (7 heures).

Possibilité d'approfondissement sur 2 jours selon les besoins de l'entreprise.

Modalité :

Formation en présentiel, interactive et participative.

Alternance d'apports théoriques, d'études de cas réels et de mises en situation.

Supports pédagogiques inclus : textes de loi, fiches pratiques, procédures internes.

Attestation de formation délivrée à la fin.



TMS – Troubles Musculo-Squelettiques

Objectif :

Comprendre les causes et les conséquences des TMS liés aux postures, gestes répétitifs et manutentions.

Identifier les situations de travail à risque et les facteurs aggravants.

Acquérir les bonnes pratiques pour prévenir l'apparition des TMS et améliorer les conditions de travail.

Public concerné :

Salariés exposés aux gestes répétitifs, à la manutention ou aux postures contraignantes.

Managers, encadrants, responsables sécurité et prévention.

Membres du CSE / CSSCT.

Durée :

Formation initiale : 1 jour (7 heures).

Possibilité d'adapter la durée selon les besoins spécifiques de l'entreprise

Modalité :

Formation en présentiel, interactive et participative.

Alternance d'apports théoriques, d'analyses de postes et d'exercices pratiques.

Utilisation de supports pédagogiques : vidéos, fiches ergonomie, démonstrations de gestes et postures.

Attestation de formation délivrée à la fin.



Gestes et postures «Manutention de charges»

Objectif :

Sensibiliser les participants aux risques liés à la manutention manuelle.

Acquérir les techniques de gestes et postures adaptées pour prévenir les accidents et les TMS (Troubles Musculo-Squelettiques).

Savoir utiliser les équipements d'aide à la manutention de manière sécurisée.

Réduire la fatigue physique et améliorer les conditions de travail.

Public concerné :

Tout salarié amené à porter, déplacer ou manipuler des charges

Secteurs concernés : logistique, industrie, BTP, hôpitaux, restauration, services, etc.

Durée :

Formation initiale : 1 jour (7 heures).

Possibilité de format court (½ journée) pour sensibilisation.

Modalité :

Formation en présentiel, axée sur la pratique.

Alternance d'apports théoriques, de démonstrations et d'exercices pratiques sur poste de travail.

Supports pédagogiques inclus : fiches gestes et postures, vidéos, démonstrations avec matériel adapté.

Évaluation des acquis par mises en situation pratiques.

Attestation de formation remise en fin de session.



CSE – Comité Social et Economique

Objectif :

Comprendre le rôle, les missions et les moyens du CSE.

Permettre aux élus de représenter efficacement les salariés auprès de l'employeur.

Savoir analyser la situation économique, sociale et de santé-sécurité de l'entreprise.

Développer les compétences nécessaires pour participer activement aux réunions et consultations obligatoires.

Public concerné :

Membres élus du CSE (titulaires et suppléants).

Entreprises disposant d'un CSE (à partir de 11 salariés).

Durée :

Formation initiale : Jusqu'à 5 jours selon la taille de l'entreprise et les besoins.

Formation continue : Durée adaptée en fonction des évolutions réglementaires ou des besoins spécifiques.

Modalité :

Formation en présentiel, alternant théorie et cas pratiques.

Supports pédagogiques inclus : guide CSE, documentation réglementaire, modèles de PV.

Exercices pratiques : analyse de documents économiques et sociaux, préparation de réunions.

Attestation de formation remise en fin de session.



CSSCT – Commission Santé Sécurité Conditions de Travail

Objectif :

Permettre aux membres de la CSSCT de connaître leurs missions légales et leurs responsabilités en matière de santé, sécurité et conditions de travail.

Identifier et évaluer les risques professionnels au sein de l'entreprise.

Proposer et suivre des actions de prévention efficaces pour réduire les accidents et améliorer le bien-être des salariés.

Public concerné :

Membres désignés du CSE dans les entreprises soumises à l'obligation de CSSCT (en général les entreprises de 300 salariés et plus, ou selon accord).

Responsables sécurité ou toute personne impliquée dans la prévention des risques professionnels.

Durée :

Formation initiale : généralement 3 à 5 jours selon la taille et les risques de l'entreprise.

Formation continue / actualisation : 1 à 2 jours, selon les évolutions réglementaires et les besoins de l'entreprise.

Modalité :

Formation en présentiel, avec alternance d'apports théoriques et d'études de cas pratiques.

Supports pédagogiques : guide CSSCT, documents réglementaires, exemples de plan d'action.

Mise en situation sur l'analyse de risques et la prévention des accidents.

Échanges et conseils personnalisés pour chaque entreprise.

Attestation de formation délivrée à la fin.



DUERP – Document Unique d’Évaluation des Risques

Évaluez et réduisez les risques professionnels au sein de votre entreprise

Objectif :

Comprendre l’obligation légale de l’employeur concernant le Document Unique d’Évaluation des Risques Professionnels.

Savoir identifier, analyser et coter les risques professionnels dans l’entreprise

Être capable de rédiger, mettre à jour et faire vivre le DUERP comme outil de prévention et de pilotage de la santé-sécurité au travail.

Public concerné :

Dirigeants, employeurs, responsables RH.

Membres du CSE / CSSCT.

Référents santé-sécurité ou toute personne impliquée dans la prévention des risques.

Durée :

Formation initiale : 1 à 2 jours, selon la taille et l’activité de l’entreprise.

Formation continue / actualisation : 1 jour, en fonction des évolutions réglementaires.

Modalité :

Formation en présentiel, avec alternance de théorie et de mise en pratique sur des cas concrets.

Supports pédagogiques inclus : trame de DUERP, matrice de cotation des risques, exemples par secteur.

Ateliers pratiques : élaboration ou mise à jour du DUERP de l’entreprise.

Attestation de formation délivrée à la fin.



Initiation au défibrillateur

Objectif :

Sensibiliser et former les participants à l'utilisation d'un défibrillateur automatisé externe.

Savoir réagir face à un arrêt cardiaque et mettre en œuvre la chaîne de survie.

Acquérir les bons gestes pour alerter, masser, défibriller et sécuriser la victime en attendant les secours.

Public concerné :

Tout public, sans prérequis

Salariés, encadrants, responsables sécurité, membres du CSE/CSSCT.

Durée :

Formation courte : de 2 à 4 heures selon le public et les besoins.

Possibilité d'intégrer la formation DAE dans le cadre d'une formation SST.

Modalité :

Formation en présentiel, essentiellement pratique.

Mise en situation avec mannequins de réanimation et défibrillateurs de formation.

Alternance d'explications théoriques et d'exercices pratique

Attestation de sensibilisation remise à chaque participant.



Prévention

Objectif :

Sensibiliser les salariés et encadrants à la prévention des risques professionnels.

Développer une culture sécurité commune au sein de l'entreprise.

Identifier les dangers, évaluer les risques et mettre en place des actions adaptées pour les réduire.

Contribuer à l'amélioration des conditions de travail et à la diminution des accidents et maladies professionnelles.

Public concerné :

Tous les salariés de l'entreprise, quel que soit leur poste.

Managers, responsables sécurité, membres du CSE / CSSCT.

Employeurs souhaitant renforcer leur démarche de prévention.

Durée :

Sensibilisation : ½ journée (3 à 4 heures).

Formation approfondie : 1 à 2 jours selon les besoins et la taille de l'entreprise.

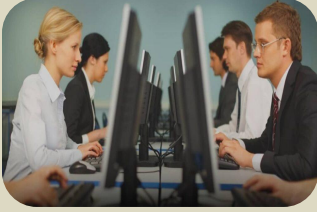
Modalité :

Formation en présentiel, interactive et adaptée à l'activité de l'entreprise.

Alternance d'apports théoriques, de vidéos, d'ateliers participatifs et d'analyses de situations réelles.

Supports pédagogiques inclus : fiches prévention, outils pratiques, exemples concrets.

Attestation de formation remise à chaque participant.



QVT – Qualité de Vie au Travail

Objectif :

Comprendre les enjeux de la qualité de vie au travail et son impact sur la performance de l'entreprise.

Identifier les leviers d'action pour améliorer le bien-être, l'engagement et la motivation des salariés.

Mettre en place des pratiques managériales et organisationnelles favorisant un climat de travail positif.

Contribuer à la prévention des risques psychosociaux (RPS) et au développement du dialogue social.

Public concerné :

Dirigeants, managers, responsables RH.

Membres du CSE / CSSCT.

Salariés impliqués dans une démarche de prévention ou de développement du bien-être au travail.

Durée :

Formation initiale : 1 à 2 jours selon le niveau et les besoins de l'entreprise.

Possibilité d'adapter la durée pour des ateliers pratiques ciblés (½ journée à 1 jour).

Modalité :

Formation en présentiel, participative et interactive.

Alternance d'apports théoriques, d'études de cas et d'ateliers collaboratifs.

Supports pédagogiques inclus : fiches pratiques, outils de diagnostic QVT, exemples de bonnes pratiques. Élaboration d'un plan d'action concret adapté à l'entreprise

Attestation de formation délivrée à la fin.



RPS – Risques Psychosociaux

Objectif :

Identifier et comprendre les facteurs de risques psychosociaux (stress, harcèlement, surcharge de travail, conflits, etc.) au sein de l'entreprise.

Apprendre à prévenir et réduire les RPS grâce à des actions concrètes et adaptées.

Sensibiliser les managers et salariés aux bonnes pratiques pour améliorer la qualité de vie au travail.

Public concerné :

Salariés, managers, membres du CSE ou CSSCT.

Toute personne souhaitant comprendre et agir sur la prévention des RPS dans l'entreprise.

Durée :

Formation initiale : 1 à 2 jours selon le niveau et le public.

Formation continue : 1 jour pour actualisation et mise à jour des pratiques.

Modalité :

Formation en présentiel ou hybride, avec alternance de théorie et de cas pratiques.

Supports pédagogiques inclus : fiches pratiques, outils d'évaluation des RPS, vidéos.

Études de cas et ateliers participatifs pour identifier les situations à risque.

Attestation de formation délivrée à la fin.



Bien négocier avec son employeur

Objectif :

Acquérir les techniques et postures de communication pour réussir une négociation constructive avec son employeur.

Savoir exprimer ses besoins, attentes et propositions de manière claire et professionnelle.

Développer son assertivité et sa capacité d'écoute active.

Trouver des accords équilibrés et durables, favorisant la relation employeur-salarié.

Public concerné :

Salariés souhaitant préparer une négociation (salaire, conditions de travail, aménagement du temps, évolution professionnelle, etc.).

Managers et responsables RH qui veulent améliorer leur pratique de la négociation sociale.

Durée :

Formation initiale : 1 jour (7 heures).

Modules spécifiques : ½ journée à 2 jours selon le thème (négociation salariale, organisation du travail, évolution de poste...).

Modalité :

Formation en présentiel ou distanciel.

Alternance de théorie, de jeux de rôle et de mises en situation pratiques.

Outils pédagogiques : fiches de préparation à la négociation, techniques de communication, études de cas concrets.

Attestation de formation remise à la fin.



ONBOARDING & INTÉGRATION DES NOUVEAUX COLLABORATEURS

Objectifs de la formation

- Comprendre les enjeux d'un onboarding structuré
- Mettre en place un parcours d'intégration efficace
- Améliorer la rétention, la motivation et la performance des nouveaux arrivants
- Professionnaliser l'accueil RH et managérial

Contenu détaillé de la formation

1. Comprendre l'onboarding

- Définition et périmètre : préboarding, onboarding, suivi post-intégration
- Impact sur l'engagement et la fidélisation
- Les erreurs classiques : accueil improvisé, manque d'accompagnement, absence de suivi

2. Construire un parcours d'intégration efficace

- Les étapes clés :
 - Avant l'arrivée (préboarding) : mails, documents, matériel, présentations
 - Jour J : accueil officiel, visite, présentation de l'équipe
 - Première semaine : immersion dans les missions, plan de formation, outils
 - Premier mois : check-points, montée en compétence
 - 100 jours : bilan d'intégration et ajustements

3. Le rôle des acteurs

- Rôle du manager
- Rôle des RH
- Rôle du tuteur / mentor
- Implication de l'équipe
- Communication interne : comment éviter les malentendus

4. Outils et supports pour réussir son onboarding

- Livret d'accueil
- Plan d'intégration personnalisé

- Fiches de poste & objectifs clairs
- Plateformes digitales d'intégration
- Checklist d'intégration (RH / Manager / Nouveau salarié)

5. Connexions humaines et culture d'entreprise

- Comment transmettre les valeurs, le sens et l'histoire de l'entreprise
- Faire vivre la culture par des rituels simples :
 - Café de bienvenue
 - Parrainage
 - Temps d'échange informel

6. Suivi et évaluation

- Entretiens de suivi à 1 semaine, 1 mois, 3 mois
- Indicateurs clés de réussite (KPIs) :
 - Taux de rétention à 6 mois
 - Satisfaction du collaborateur
 - Performance et autonomie
- Ajustement continu du parcours

Avantages d'une formation Onboarding

1. Fidéliser les nouveaux talents

→ Réduction du turnover, meilleure stabilité dans l'équipe.

2. Accélérer la montée en compétence

→ Le nouveau collaborateur devient autonome plus rapidement.

3. Améliorer l'image de l'entreprise

→ Un accueil professionnel renforce la marque employeur et attire les talents.

4. Augmenter l'engagement et la motivation

→ Le salarié se sent attendu, reconnu et considéré dès le premier jour.

5. Réduire les coûts liés au recrutement

→ Moins de démissions précoces = moins de nouveaux recrutement

6. Favoriser une culture d'entreprise cohérente

→ Les valeurs, rituels et bonnes pratiques sont transmis dès l'arrivée.

7. Harmoniser les pratiques RH et managériale

→ Tous les managers suivent un cadre structuré et efficace



Pourquoi choisir BCPREVENTION ?

Organisme certifié Qualiopi ✓

Habilité INRS ✓

Agréé Comité Régional pour l'Emploi -DREETS ✓

Un accompagnement centré sur l'humain et le quotidien des professionnels

Des formations pratiques et applicables immédiatement

Un gain de temps : un seul interlocuteur qui organise et dispense la formation

BCPREVENTION



Tél. 06 68 36 24 81

bcprevention2@gmail.com

161 rue Casimir Beugnet

62260 AUCHEL

Ils m'ont fait confiance :



GROUP
CONHEXA



TRIVIUM
PACKAGING



Groupement
Imagerie Médicale
Dunkerquois



Contact

BCPREVENTION

Tél : 06 .68 .36. 24 .81

Email : bcprevention2@gmail.com

www.bcpcorevention.fr