Gestion du stress

Public visé et Pré requis de la formation : Aucun
Conditions d'accès :Etre majeur
Durée : 1 jours
Heures : 7 h
Nombre maximum de places par session : 12
Délai d'accès à la formation : 15 jours avant le début de la formation
Prix : 150 € / pers.
Taux de satisfaction : 90%
Accessibilité aux personnes à mobilité réduite : Formation et locaux accessibles aux personnes en situations de handicap. Afin de pouvoir vous accueillir dans les meilleures conditions, un contact avec notre centre de formation est impératif

Actions de formation

OBJECTIFS

L'apprenant sera capable de :Comprendre les principes fondamentaux de la gestion de crise.Identifier leur rôle et leurs responsabilités dans une cellule de crise.Appliquer les procédures spécifiques à une industrie en situation de crise.Communiquer efficacement avec les intervenants internes et externes.Gérer les priorités et prendre des décisions sous pression.

DÉOUCHÉS

Sans objet

ÉQUIVALENCES

Sans objet

SPÉCIALITÉ

Développement des capacités comportementales et relationnelles

VALIDATION

Attestation de fin de formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Supports théoriques : présentations, support visuel.Cas pratiques : mises en situation, jeux de rôles.Évaluations : QCM, tests pratiques.Supports numériques :Vidéos pédagogiques montrant des situations de sécurité, des démonstrations de gestes techniques ou l'utilisation correcte d'équipements.Plateformes en ligne pour les révisions à distance et les tests d'évaluation des acquis.Supports ludiques : jeux de société adapté, serious game

QUALIFICATION DE L'INTERVENANT

Professionnels expérimentés du secteur pour partager des retours d'expérience concrets.Encadrement individuel : chaque stagiaire peut bénéficier d'un accompagnement personnalisé pour progresser à son rythme

ÉVALUATION

QCM, tests de connaissance à la fin de chaque module théorique.Évaluations pratiques des compétences sur le terrain avec des grilles d'observation précises si le scénario le prévoit

Contenu pédagogique

1. Introduction à la gestion de crise (1h)

- Définition et principes de base :
  - Qu’est-ce qu’une crise ? Types de crises possibles (incendie, fuite chimique, explosion, etc.).
  - Enjeux spécifiques dans une industrie.
- Rôles et responsabilités des agents de sécurité incendie dans la gestion de crise.

2. Organisation d'une cellule de crise (1h)

- Structure et composition d’une cellule de crise :
  - Acteurs internes : direction, HSE, maintenance, sécurité.
  - Acteurs externes : pompiers, autorités locales, experts chimiques.
- Missions spécifiques du PC sécurité dans une cellule de crise.

3. Communication en situation de crise (1h30)

- Techniques de communication efficace sous pression :
  - Transmettre des informations claires et précises.
  - Utilisation des moyens de communication disponibles (radios, téléphones, systèmes d’alarme).
- Gestion des flux d’informations : priorisation et suivi des consignes.
- Exercices pratiques : rédaction et transmission de messages critiques.

4. Procédures spécifiques pour une industrie chimique (1h30)

- Risques spécifiques et protocoles associés :
  - Plan d’opération interne (POI) et plan particulier d’intervention (PPI).
  - Gestion des substances dangereuses (toxicité, explosion).
- Coordination avec les équipes HSE et les services d’urgence externes.

5. Prise de décision sous pression (1h)

- Techniques d’analyse rapide de la situation :
  - Identification des priorités.
  - Mise en œuvre des plans d’urgence.
- Simulations : gestion de cas critiques avec contraintes de temps.

6. Mise en situation : simulation d’une cellule de crise (1h)

- Exercice pratique :
  - Simulation réaliste d’un incident chimique majeur.
  - Organisation de la cellule de crise, gestion des informations et des priorités.
  - Débriefing et analyse des actions prises.