



CATALOGUE

SÉCURITÉ

2023-2024



✉ contact.mabformations@gmail.com

☎ 09 87 38 20 85

🖱 mabformations.com



SAUVETEURS SECOURISTES DU TRAVAIL

SC 01

*Nombre de stagiaires par session : 4 minimum - 10 maximum
La session est annulée si l'effectif minimum n'est pas atteint*

Nous faisons appel à un formateur certifié et agréé.

Durée: 14.00 heures
(2.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Tout public

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 400.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- La Formation initiale a pour but l'acquisition des compétences du SST, définies dans le référencement national
- Rechercher les risques persistants pour protéger.
- Examiner la victime et faire alerter.
- Secourir.

Contenu de la formation

- Prévention
 - Situer le cadre juridique de son intervention
 - Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
 - Contribuer à la mise en œuvre d'actions de prévention
 - Informer les personnes désignées dans le plan d'organisation de la prévention de l'entreprise de la/des situation(s) dangereuse(s) repérée(s)
- Secours
 - Réaliser une protection adaptée
 - Examiner la victime
 - Faire alerter ou alerter les secours
 - Secourir les victimes de manière appropriées

Organisation de la formation

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



Equipe pédagogique

Audrey KUZMA ; Clément SCHUBERT

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH



EPI

SC 02

Durée: 7.00 heures
(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Tout

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Être capable de donner l'alerte rapidement.
- Utiliser les moyens de première intervention pour faire face à un feu.
- Connaissance du signal d'alarme, des cheminements et de la conduite à tenir pour mener à bien une évacuation.
- Désignation du personnel, connaissance de leurs missions, des techniques et des consignes de sécurité.

Contenu de la formation

- La réglementation
- Conséquences et causes d'un incendie dans la société
- Le triangle du feu
- Moyens d'alerte
- Déclenchement de l'alarme
- Les modes propagation du feu
- La différence entre une feu et un incendie
- Les classes de feu
- Les différents types d'extincteurs et leurs rôles
- L'effet des produits Extincteurs sur un feu
- Les règles de sécurité sur les extincteurs
- Les distances d'attaque du feu
- Le permis de feu
- Attitudes et consignes de sécurité de votre établissement
- Rôle du serre-file, guide-file et responsable d'évacuation
- Etude de l'évacuation
- Etude du phénomène de panique

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



- Etude du développement d'un sinistre
- Désignation du point de rassemblement

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Clement SCHUBERT

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



PSC 1

SC 03

Approche participative alliant théorie et mise en pratique (exercices, mises en situation)

Visio et vidéo formations séquencées

Durée: 7.00 heures

(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- L'ensemble des personnels présents sur l'établissement

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 700.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- L'Unité d'Enseignement « Prévention et Secours Civiques de niveau 1 – P.S.C. 1 » a pour objectif de faire acquérir à toute personne les capacités nécessaires pour concourir par son comportement à la sécurité civile, conformément aux dispositions des articles L721-1 du code de la sécurité intérieure et 5 de la loi n° 2004-811 du 13 août 2004 de modernisation de la sécurité civile
- Ainsi, elle doit être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours

Contenu de la formation

- Accueil et présentation de la formation des participants
- Prévention des accidents de la vie courante
- Protection, l'alerte et protection des populations
- Alerte
- Obstruction des voies aériennes par un corps étranger
- Hémorragies externes
- Plaies
- Brûlures
- Traumatismes
- Malaise
- Perte de connaissance
- Arrêt cardiaque

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Association FORME

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH



MANIPULATION DES EXTINCTEURS

SC 04

Durée: 2.00 heures
(0.50 jours)

Profils des stagiaires :

- Tout salarié

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les moyens d'extinction en cas de début d'incendie dans sa structure.

Contenu de la formation

- Connaître la conduite à tenir face à une alerte incendie
 - Scénario 1 : Je découvre un feu qui me paraît maîtrisable
 - Scénario 2 : Je découvre un feu qui ne me paraît pas maîtrisable
 - Scénario 3 : Sans savoir ce qui se passe, j'entends l'alarme d'évacuation
- Savoir utiliser les moyens d'extinction à ma disposition
 - La présentation des différents moyens d'extinction mis à ma disposition et leur fonctionnement
 - Des précisions sur les différents types d'extincteurs
 - La manipulation des extincteurs
- Savoir donner l'alerte aux secours
 - Les numéros d'urgence
 - Les informations à communiquer lors de l'alerte

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Clement SCHUBERT

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH



PREPARATION A L'HABILITATION H0V-B0

SC 05

Exercice Pratique

Durée: 7.00 heures

(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Tout personnel non électricien exposé aux dangers du courant électrique

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Être capable d'accéder sans surveillance aux locaux réservés aux électriciens et d'effectuer ou diriger des travaux d'ordre non électriques dans l'environnement « B0 » ou « H0 » selon la norme NFC 18-510

Contenu de la formation

- Rappel de la terminologie utilisée en électricité
 - Tension, intensité, puissance, prise de terre, mise à la terre
- Textes réglementaires en matière de sécurité électrique
 - NFC 18-510 • Décret du 14/11/88 • Décret du 08/01/95 • Décret de septembre 2010
 - Décret du 26 avril 2012
- Etude des prescriptions contenues dans l'UTEC 18-530
 - Habilitation
 - Domaine de tension
 - Travaux au voisinage de la tension
 - Travaux sur installations misent hors tension
 - Dangers du courant électrique
 - Secourismes
 - Secours aux électrisés

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Audrey KUZMA

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH

GESTES ET POSTURES

SC 06

Durée: 7.00 heures
(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Tout public

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Acquérir les bons gestes et les bonnes postures lors de toute manipulation de charge.
- Acquérir des postes de travail correctes et prévenir les lombalgies pour réduire la fatigue et diminuer le risque d'accident

Contenu de la formation

- Place de l'activité physique dans le travail :
 - Qu'est-ce que l'activité physique ?
 - Les parties du corps mises à contribution selon l'activité professionnelle
 - Définitions de base (accident du travail, maladie professionnelle, TMS, TF, TG...)
 - Statistiques nationales
 - Conséquences pour le salarié et l'entreprise (coût humain, social et financier)
- Fonctionnement du mécanisme humain :
 - Corps humain et son fonctionnement
 - Facteurs agissant sur la santé
 - Facteurs aggravants des TMS
 - Lésions au niveau de la colonne vertébrale
 - Troubles au niveau des membres supérieurs et facteurs les influençant
- Conditions préalables à toute activité physique de travail :
 - Identification de ce qui est ou non répétitif
 - Utiliser des vêtements adaptés (gants, chaussures de sécurité, vêtements de travail)
 - Ajuster son effort en fonction de ses capacités
- Application des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
 - Évaluer l'action à mener (nature de la charge et du trajet...)
 - Plier les jambes, garder le dos droit, s'approcher de la charge

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



- Assurer l'équilibre
- Utiliser les points d'appui
- Manipulation, seul ou en équipe
- Exercices sur différentes charges
- Analyses et recherche afin d'améliorer les gestes

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Clement SCHUBERT

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exercices et mise en situation filmés, visualisés et analysés.
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- Apport de connaissances générales.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH



AIPR OPERATEUR

SC 07

Durée: 7.00 heures
(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Conducteurs d'engins et suiveurs d'engins travaillant sur ou à proximité de réseaux (généralement enterrés). Egalement toutes les personnes, même non conducteurs ou suiveurs, devant assurer des travaux urgents sur ou à proximité de ces réseaux (nécessités par des raisons de sécurité, par la continuité d'un service public, etc.).

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Appliquer les consignes de sécurité inhérentes aux travaux à proximité des réseaux
- Identifier les risques en temps réel lors des interventions à proximité des réseaux
- Employer les principes de prévention et les consignes reçues de l'encadrement

Contenu de la formation

- **MODULE THÉORIQUE**
 - Rôle, mission et responsabilités de son niveau
 - Principaux types de réseaux souterrains et aériens
 - Risques afférents aux réseaux
 - Utilisation des moyens de protection collective et individuelle
 - Compréhension et respect
 - Identification des situations dangereuses ou inattendues
 - Imprécision du positionnement des ouvrages et de la technique utilisée
 - Maintien de l'intégrité et du tracé des réseaux existants
 - Recommandations en cas d'incident ou d'accident
 - Règle des « quatre A »
- **MODULE PRATIQUE**
 - Identification des réseaux selon les plans et le marquage-piquetage sur la zone de travail
 - Analyses de risques sur la zone de travail, par rapport à des situations exposées in situ par le formateur
 - Reconnaissance des matériels en lien avec les réseaux

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Audrey KUZMA

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH

AIPR ENCADRANT

SC 08

Durée: 7.00 heures
(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Personnes assurant l'encadrement des travaux sous la direction de l'exécutant, et devant être titulaires d'une AIPR pour pouvoir travailler sur ou à proximité de réseaux (généralement enterrés).

Prérequis :

- Aucun

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Appliquer les consignes de sécurité inhérentes aux travaux à proximité des réseaux
- Faire appliquer les mesures de prévention définies en amont
- Veiller à la sécurité du chantier, lors des interventions à proximité des réseaux

Contenu de la formation

- MODULE THÉORIQUE
 - Rôle, mission et responsabilités de son niveau
 - Types et terminologie des réseaux aériens et souterrains
 - Prescriptions de l'arrêté de référence et du Code de l'Environnement
 - Vérification et exploitation des réponses aux DT-DICT
 - Lecture de plans : situation des réseaux et de leur fuseaux d'imprécision
 - Utilisation des moyens de protection collective et individuelle, et les faire utiliser
 - AIPR du personnel mis à disposition
 - Adéquation entre les besoins et le matériel à disposition
 - Identification des situations dangereuses ou inattendues
 - Règles d'arrêt de chantier
 - Accès aux ouvrages de sécurité
 - Constat contradictoire d'anomalie ou de dommage
 - Préparation des relevés topographiques de réseaux
- MODULE PRATIQUE
 - Identification des réseaux selon les plans et le marquage-piquetage sur la zone de travail

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



- Analyses de risques sur la zone de travail, par rapport à des situations exposées in situ par le formateur
- Reconnaissance des matériels en lien avec les réseaux

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Audrey KUZMA

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH

AIPR CONCEPTEURS

SC 09

Durée: 7.00 heures
(1.00 jours)

Profils des stagiaires :

- Concepteur : personne assurant l'encadrement sous la direction du responsable de projet (conducteur de travaux, chargé d'études, personnes de bureaux de maître d'oeuvre et d'assistance à maître d'ouvrages, personnel de maîtrise d'ouvrage, personnel réalisant la détection et le géo référencement de réseaux).

Prérequis :

- Être âgé de 18 ans minimum au moment de la formation, savoir maîtriser les 4 opérations (addition, soustraction, division, multiplication)

PRIX : 500.00 € par jour

Objectifs pédagogiques

- Approfondir vos connaissances sur la réglementation liée aux travaux à proximité des réseaux. Identifier les risques métier pour adapter vos méthodes de travail

Contenu de la formation

- Formation Théorique :
 - Code du Travail - Code de l'environnement - articles R 554-19 à 554-38 • Arrêté du 22 décembre 2015 relatif au contrôle des compétences des personnes intervenant dans les travaux à proximité des réseaux et modifiant divers arrêtés relatifs à l'exécution de travaux à proximité des réseaux. • L'impact de la réforme de protection à l'endommagement des réseaux sur le chantier, • votre rôle, vos responsabilités, vos obligations avant et pendant les travaux • La réglementation DT – DICT • Principaux points de repères • La réglementation AIPR (autorisation d'intervention à proximité des réseaux) • Définition et glossaire, • Les différents acteurs de la réforme et les types de réseaux concernés (DT – DICT) les cas de dispense. • Le fonctionnement du système (DT suivie d'une DICT- DT. DT DICT conjointes) • DT suivie d'une DICT (la préparation du projet, la préparation des travaux) • DT-DICT conjointes « régime simultané » • L'exécution des travaux : le marquage-piquetage • Cas particulier des travaux urgents (ATU) • Application du guide technique • La reconnaissance du terrain • En cas de dommage d'arrêt de chantier....
- Test

LFA - MAB FORMATIONS

32 rue Hippolyte Bottier

60200 COMPIÈGNE

Email: contact.mabformations@gmail.com

Tel: +33987382085



Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Audrey KUZMA

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Si vous êtes PSH, merci de nous l'indiquer afin d'adapter la formation. Tous nos formateurs ont été sensibilisés au handicap. Nos locaux permettent l'accueil des PSH