

◆ ◆ ◆ CATALOGUE DE FORMATIONS

Prévenir les risques, renforcer les compétences, cultiver l'épanouissement.

2026 – 2027 Secourisme · Santé mentale · RPS · Management



Maïté Fondart, formatrice professionnelle

Formatrice professionnelle certifiée, spécialisée en santé mentale au travail, prévention des risques psychosociaux, management bienveillant, qualité de vie et conditions de travail, et sauvetage secourisme du travail.

J'accompagne les collectivités, les écoles et les CFA, les dirigeants, les managers et les salariés dans le développement des compétences psychosociales, la prévention de l'épuisement professionnel et la création d'environnements de travail sains et sécurisés.

Avant de former, j'ai encadré. Quatorze années chez Picard Surgelés comme responsable de magasin, référente régionale sur la gestion de stock et formatrice réseau, puis cinq années de formation intégration au groupe La Poste. Depuis 2023, je forme au sauvetage secourisme du travail, en entreprise et tous secteurs. Ce parcours fonde ma manière de travailler : partir du travail tel qu'il se fait, et non tel qu'il se décrit.



Maïté Fondart, fondatrice de
MA.FORMATION, Oisilly (21)

Ma façon de travailler

01 · CADRER

Un entretien avant toute chose : vos métiers, vos indicateurs, ce qui a déclenché la demande.

03 · ANIMER

Des formations participatives et expérientielles : le groupe travaille ses propres situations. Chacun contribue, personne ne juge.

02 · ADAPTER

Les scénarios sont réécrits à partir de votre accidentologie, de votre document unique et de vos postes réels.

04 · ANCRER

Plan d'action, point d'étape à distance, évaluation des acquis à froid.

100 %

de réussite à la certification SST
et au MAC SST

5,0 / 5

sur 42 avis Google de stagiaires

Intra

dans vos locaux, partout en
Bourgogne-Franche-Comté

Un organisme et une formatrice certifiés

Les titres qui conditionnent l'accès aux financements et attestent de la qualité du processus de formation.

L'ORGANISME



Certification Qualiopi

Certificat n° 3633 OF Ind 0, délivré par QUALIANOR Certification pour les actions de formation. Valable du 24 décembre 2025 au 23 décembre 2028.

Habilitation INRS

Réseau INRS et Assurance Maladie – Risques professionnels, pour dispenser le SST et le MAC SST selon le référentiel national.

Déclaration d'activité

Enregistrée auprès de la DREETS sous le n° 27210461521. SIRET 814 570 073 00027, APE 8559A.

LA FORMATRICE

Titre professionnel de formatrice d'adultes

Obtenu en 2022. Titre de niveau 5 du ministère du Travail : conception, animation et évaluation de formations.

Formatrice Sauveteur Secouriste du Travail

Certifiée depuis 2023 par le réseau INRS et l'Assurance Maladie – Risques professionnels.

Formateur en prévention des RPS, analyse du DUERP et QVCT

Conduire un diagnostic, analyser un document unique et construire un plan d'action tenable.

NOUVEAU

Formateur de référents en santé mentale

Former vos référents internes, sur le modèle des référents secourisme : des relais identifiés, formés au repérage et à l'orientation.

NOUVEAU

Secouriste en santé mentale (PSSM)

Repérer une personne en difficulté psychique, lui apporter une première aide et l'orienter vers les professionnels adaptés.

Certification référente handicap

Obtenue en novembre 2025 : analyser les besoins, aménager les modalités, orienter vers les partenaires spécialisés.

Accessibilité et situations de handicap

Référente handicap de MA.FORMATION depuis le 12 novembre 2025. Toutes les formations peuvent être adaptées : aménagement des locaux, des supports, du rythme et des modalités d'évaluation. Signalez votre besoin dès la demande de devis.

SALARIÉS

Le projet de transition professionnelle est accessible sans condition d'ancienneté aux bénéficiaires de l'obligation d'emploi.

EMPLOYEURS

Matériel adapté, aide humaine, interprétariat : ces surcoûts relèvent de l'Agefiph ou du FIPHFP.

RELAIS

Agefiph Bourgogne-Franche-Comté, Cap emploi Côte-d'Or, votre service de santé au travail.

Quatre domaines, **une même approche**

Former, ce n'est pas déverser un contenu. J'anime des séquences où le groupe travaille ses propres situations, formule ses réponses et repart avec des pratiques tenables.

◆ Secourisme

PAGE 5

SST, formation initiale · 14 h sur 2 jours

MAC SST, maintien et actualisation · 7 h

◆ Santé mentale au travail

PAGES 6 ET 7

Formation santé mentale · 7 h sur 1 jour

Référent en santé mentale · sur mesure, dès 7 h

◆ Prévention des risques psychosociaux

PAGES 8 ET 9

Formation RPS · 7 h sur 1 jour

Formation approfondie · 14 h, optionnelle

Audit et rédaction du volet RPS du DUERP · sur mesure

Référent harcèlement · 14 h sur 2 jours

◆ Management et organisation du travail

PAGE 10

Parcours sur mesure · de 7 h à 4 jours

Prise de poste, managers débutants

Formats courts, Safety Days et interventions en école

PAGE 11

Atelier de sensibilisation de 4 h, journée thématique, ateliers santé mentale et RPS de 2 h pour vos journées sécurité, interventions auprès des étudiants et des apprentis.

En pratique : financement, délais, contact

PAGE 12

Sauveteur secouriste du travail

Un SST ne se contente pas d'intervenir en cas d'accident : il repère les situations dangereuses au quotidien et fait remonter l'information avant qu'elles ne dégénèrent. En intra, les scénarios sont construits à partir de votre registre d'accidentologie et de votre document unique.

Formation initiale

14 h sur 2 jours

Compétences visées, d'après le référentiel national SST :

- ◆ Situer son rôle dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
- ◆ Protéger sans s'exposer, supprimer ou isoler le risque
- ◆ Examiner la victime et déterminer l'action prioritaire
- ◆ Alerter ou faire alerter et transmettre un message complet
- ◆ Secourir selon l'état de la victime jusqu'à l'arrivée des secours
- ◆ Repérer les situations dangereuses de son poste et les remonter
- ◆ Participer aux actions de prévention et de protection collectives

Public tout salarié désigné, apprentis, étudiants **Prérequis** aucun **Effectif** 4 à 10

Évaluation continue, sans examen final isolé **Validation** certificat national, valable 24 mois

MAC SST, maintien et actualisation des compétences

7 h sur 1 jour

Obligatoire tous les 24 mois pour conserver la validité du certificat. Passé ce délai, la formation initiale doit être repassée.

- ◆ Retour d'expérience sur les interventions vécues
- ◆ Révision de l'ensemble des gestes d'urgence
- ◆ Actualisation des recommandations en vigueur
- ◆ Évolution des risques de l'entreprise depuis deux ans
- ◆ Épreuves certificatives et renouvellement du certificat

Prérequis certificat SST en cours de validité **Effectif** 4 à 10 **Périodicité** tous les 24 mois, à anticiper de 2 à 3 mois

100 %

de réussite à la certification SST et au MAC SST depuis le début de mon activité de formatrice.

Matériel fourni, suivi assuré

Mannequins adulte, enfant, nourrisson et défibrillateur de formation. Acquis déclarés dans le passeport de prévention. Trame de suivi et alerte avant l'échéance des certificats.

Repérer, dialoguer, orienter

Un salarié sur quatre se déclare en mauvaise santé mentale, et les troubles psychologiques sont devenus la première cause des arrêts de longue durée. Personne n'attend d'un manager qu'il soigne. On attend qu'il repère, qu'il ose la conversation et qu'il oriente.

Formation à la santé mentale au travail

7 h sur 1 jour

Le socle. Une journée pour poser le sujet dans un collectif : comprendre de quoi l'on parle, repérer les signaux et savoir vers qui orienter. Aucun prérequis, aucun jargon.

COMPÉTENCES VISÉES

- ◆ Déconstruire les représentations et les idées reçues sur la santé mentale
- ◆ Distinguer stress, mal-être, épuisement et trouble psychique
- ◆ Repérer les signaux faibles, individuels et collectifs, et oser en parler
- ◆ Connaître les relais internes et externes et savoir orienter
- ◆ Situer sa place et ses limites : informer, écouter, ne pas se substituer au soin

DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

1 · Comprendre

Ce qu'est la santé mentale, les chiffres actuels, le cadre légal et l'obligation de sécurité de l'employeur.

2 · Repérer

Les signaux d'alerte, les biais d'interprétation, et ce qui doit déclencher une réaction immédiate.

3 · Dialoguer

Aborder un collègue en difficulté sans le brusquer ni promettre ce qu'on ne peut pas tenir.

4 · Orienter

Cartographie des relais de votre organisation et de votre territoire, articulation avec le service de santé au travail.

Public tout salarié, encadrant, membre du CSE, équipe

Prérequis aucun

Effectif 4 à 8

Modaux pédagogiques
présentiel, intra ou
inter

Évaluation quiz, mises en situation, attestation

Ce que dit le Code du travail

- Art. L4121-1** L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.
- Art. R4121-1** Les risques, y compris psychosociaux, sont évalués et transcrits dans le document unique.
- Collectivités** Ces règles s'appliquent à la fonction publique territoriale (décret n° 85-603).

Référent en santé mentale

Sur mesure · dès 7 h · accompagnement 1 an

Le parcours complet, pour les personnes désignées comme relais dans l'organisation. Sur le modèle du référent secourisme : un rôle identifié, formé et outillé, qui sait aussi où s'arrêter. La formation est construite à la mesure de votre structure : adaptée à vos différents services, à votre taille et aux process de prévention de la santé mentale déjà en place, ou à créer.

NOUVEAU
**en Bourgogne-
Franche-Comté**

Je fais partie des très rares formatrices de Bourgogne-Franche-Comté certifiées pour former des référents en santé mentale au travail. J'ai à cœur que la Côte-d'Or et la région soient précurseurs : que chaque collectivité et chaque entreprise puisse installer son propre référent, formé près de chez elle.

COMPÉTENCES VISÉES

- ◆ Tout le contenu de la formation de 7 h, approfondi
- ◆ Poser sa charte d'engagement : ce à quoi le référent s'engage, ce qu'il ne fait pas
- ◆ Cartographier les relais internes et externes de son territoire
- ◆ Tenir son rôle dans la durée : limites, confidentialité, traçabilité
- ◆ Sensibiliser les équipes à la santé mentale
- ◆ Écrire le plan de communication de la démarche (livrable)
- ◆ Bases du fonctionnement psychique : stress, troubles anxieux, dépression, addictions, névrose et psychose
- ◆ Conduire un entretien de soutien : posture d'écoute et d'orientation
- ◆ Situation de crise et risque suicidaire : conduite à tenir, qui appeler
- ◆ Accompagner un retour après un arrêt long
- ◆ Promouvoir la culture de la prévention de la santé mentale avec l'équipe dirigeante, pour améliorer la vie au travail

Comprendre et repérer

Cadre légal, fonctionnement psychique, troubles fréquents, signaux d'alerte et situations d'urgence.

Dialoguer, orienter, durer

Mises en situation à partir de vos cas réels, charte, cartographie des relais, risque suicidaire, retour d'arrêt long.

Public · personnes désignées référentes, RH, encadrants, élus du CSE

Prérequis · avoir le sens de l'écoute et de la confidentialité, être volontaire pour tenir le rôle

Livrables · charte d'engagement du référent, cartographie des relais et plan de communication

Durée · sur mesure, de 7 h ou plus, avec un accompagnement pendant un an

Effectif · 1 à 8 participants, en intra, dans vos locaux

Agir sur le travail réel

Les RPS ne se règlent pas par une note de service. Ils naissent d'une désorganisation, d'un changement mal accompagné, d'une charge qui déborde. Toutes les familles de facteurs se lisent au même endroit : dans l'écart entre le travail planifié et le travail réel.

Formation à la prévention des RPS

7 h sur 1 jour

Une journée de formation, pas une simple information. Les participants savent ensuite nommer les facteurs de risque, les repérer dans leur organisation et situer ce qui relève de chacun.

- ◆ Définir ce que sont les RPS, et ce qu'ils ne sont pas
- ◆ Analyser les six familles de facteurs de risque
- ◆ Distinguer prévention primaire, secondaire et tertiaire
- ◆ Situer le cadre légal et la responsabilité de chacun
- ◆ Lire l'écart entre travail planifié et travail réel
- ◆ Repérer, alerter, savoir à qui s'adresser

Public dirigeants, RH, encadrement, élus CSE et CSSCT, salariés

Prérequis aucun

Effectif 4 à 8

Évaluation quiz, grille d'analyse renseignée, attestation

Formation approfondie, sur mesure

14 h · optionnelle

Une seconde journée dont le contenu n'est pas écrit d'avance : il se construit après un entretien de cadrage, à partir de vos métiers, de vos indicateurs et des situations à travailler. Vous validez le programme avant que la date soit posée.

- ◆ Approfondir une ou deux familles de facteurs dominantes
- ◆ Conduire un entretien difficile ou un temps collectif
- ◆ Transférer la méthode d'analyse à une équipe interne
- ◆ Analyse détaillée de l'écart planifié / réel
- ◆ Accompagner un changement d'organisation en cours

Prérequis formation RPS de 7 h, ou équivalent

Modalités intra, de préférence dans vos locaux

Les six familles de facteurs, en bref

- | | | |
|---|----------------------------|--|
| 1. Intensité et temps de travail | 2. Exigences émotionnelles | 3. Autonomie et marge de manœuvre |
| 4. Rapports sociaux et relations de travail | 5. Conflits de valeurs | 6. Insécurité de la situation de travail |

Document unique et référent harcèlement

Audit et rédaction du volet RPS du DUERP

Sur mesure

Ce n'est pas un stage, c'est un accompagnement : je fais ce travail avec vous, je vous remets un document exploitable et je vous laisse la méthode pour l'actualiser l'année suivante.

COMPRIS

- ◆ Entretien de cadrage et périmètre
- ◆ Audit des situations de travail sur site
- ◆ Cotation et hiérarchisation par unité de travail
- ◆ Rédaction du volet RPS du document unique
- ◆ Remise et transfert de la méthode de mise à jour

HORS PÉRIMÈTRE

- ◆ La rédaction du plan d'action, qui relève de vos arbitrages
- ◆ Le suivi de la mise en œuvre des mesures
- ◆ La prise en charge individuelle des personnes

Le document unique recense et évalue. Décider des mesures reste la responsabilité de l'employeur.

Nature conseil et accompagnement, non une action de formation

Références art. L4121-1 à L4121-3 et R4121-1

Référent harcèlement sexuel et agissements sexistes

14 h sur 2 jours

Pour le référent désigné par le CSE comme pour celui désigné par l'employeur. Un rôle exposé, qui demande un cadre juridique sûr et une posture d'écoute travaillée.

- ◆ Qualifier les faits : harcèlement sexuel, agissement sexiste, harcèlement moral
- ◆ Recevoir un signalement : écoute, neutralité, confidentialité, traçabilité
- ◆ Sanctions, jurisprudences et conséquences d'une inaction
- ◆ Situer son rôle, ses missions et ses limites
- ◆ Accompagner une enquête interne sans se substituer à l'employeur
- ◆ Construire l'information du personnel et la prévention

Public référents désignés, RH, encadrants

Effectif 4 à 8

Évaluation mises en situation, quiz juridique

Références L1153-1, L1153-5-1, L1142-2-1, L2314-1, L2315-18

Dès 11 salariés, pas 250

Toute structure dotée d'un CSE doit désigner un référent harcèlement parmi ses élus. Le seuil de 250 salariés ne concerne que le second référent, désigné par l'employeur : deux obligations distinctes qui se cumulent. Désigner sans former ne constitue pas une mise en conformité.

Le premier levier de prévention

Il n'existe pas de formation au management qui conviendrait à tout le monde. Un chef d'équipe en atelier, une responsable de service en collectivité et un dirigeant de PME n'ont ni les mêmes contraintes, ni les mêmes marges de manœuvre. Le programme se construit après un temps de cadrage, à partir de ce qui coïncide réellement.

01 · CADRER

Échange avec vous et deux ou trois encadrants, lecture de vos indicateurs.

02 · COMPOSER

Sélection des compétences utiles, cas écrits dans votre vocabulaire métier.

03 · FORMER

Peu de théorie, beaucoup de cas. Une intersession pour tester un outil au poste.

04 · MESURER

Auto-positionnement avant et après, plan d'action, point d'étape à distance.

La bibliothèque de compétences

De 7 h à 4 jours, séquençables

Votre parcours en retient trois à six selon la durée et le niveau des participants, du manager qui prend son poste à l'encadrant expérimenté.

Se situer

- ◆ Comprendre son périmètre : ce qui se décide, se remonte, s'assume
- ◆ Réussir une prise de poste, passer de collègue à responsable
- ◆ Situer son rôle dans l'obligation de prévention

Entrer en relation

- ◆ Formuler un retour, recadrer sans humilier, reconnaître
- ◆ Conduire les entretiens difficiles, traiter les tensions tôt
- ◆ Manager sans abîmer la santé des équipes

Organiser

- ◆ Évaluer et réguler la charge de travail d'une équipe
- ◆ Poser un cadre lisible : objectifs, priorités, règles du jeu
- ◆ Mesurer l'écart entre travail prescrit et travail réel

Faire grandir

- ◆ Développer les compétences de son équipe
- ◆ Déléguer pour faire grandir, non pour se décharger
- ◆ Animer des espaces de discussion, accompagner un changement

Public dirigeants, encadrement intermédiaire, chefs d'équipe, managers en prise de poste

Effectif 4 à 8

Modalités intra de préférence, avec intersession

Les publics que j'accompagne

Dirigeants et directions

Tenir l'obligation de prévention et arbitrer en connaissant les leviers réels.

Salariés, agents et élus du CSE

Comprendre les risques du métier, savoir alerter, devenir acteur de la prévention.

Encadrement de proximité

Réguler la charge, repérer tôt, dialoguer sans se mettre en difficulté.

Secteurs

Collectivités, PME et TPE, médico-social, industrie, BTP, artisanat, automobile, restauration.

Des formats courts pour ouvrir un sujet

Toutes les organisations ne démarrent pas par une formation certifiante. Une sensibilisation crée le langage commun qui rend la suite possible : semaine de la QVCT, journée sécurité, rentrée d'une promotion.

Atelier de sensibilisation 4 h

Une demi-journée en groupe restreint. Les participants travaillent leurs propres situations et repartent avec deux ou trois repères applicables tout de suite.

Journée thématique

Une plénière puis des ateliers tournants, animés et restitués. Conception avec vous, animation et restitution écrite comprises.

Ateliers santé mentale · Safety Day 2 h

Deux heures pour ouvrir un sujet dont on ne parle jamais. Jusqu'à 15 participants, fiches remises et compte rendu court pour la direction.

Ateliers RPS · Safety Day 2 h

Rendre visibles les risques qu'on ne voit pas. Synthèse écrite exploitable pour le volet RPS de votre document unique.

Actions de sensibilisation, non des formations certifiantes. Ceux qui veulent aller plus loin trouveront les formations de 7 h ou le parcours référent.

Écoles, CFA et enseignement supérieur

Les étudiants et les apprentis entrent en entreprise sans repères sur la santé et la sécurité au travail. Les équipes pédagogiques accompagnent des jeunes en difficulté sans toujours disposer du cadre pour le faire.

ÉTUDIANTS ET APPRENTIS

Risques du métier, droit d'alerte et de retrait, santé mentale pendant les études et l'alternance.

ÉQUIPES PÉDAGOGIQUES

Repérer et orienter un étudiant en souffrance, tenir la relation dans la durée.

CERTIFIANT SI BESOIN

Le SST peut être intégré au cursus : un certificat valorisable dès le premier poste.



Atelier de sensibilisation aux RPS animé à l'INSEEC Beaune, auprès d'une promotion d'étudiants.

Organiser une session

Toutes les formations se déroulent en présentiel, dans vos locaux en intra ou en session mutualisée en inter. Chaque programme détaillé et chaque devis sont établis après un échange sur votre contexte.

Programmes et tarifs sur demande

Le programme détaillé de chaque module et le devis vous sont adressés sur simple demande, par courriel ou depuis le site.

Financement

La certification Qualiopi ouvre l'accès aux fonds publics et mutualisés : OPCO, CNFPT, France Travail, plan de développement des compétences.

Délais d'accès

Comptez quatre à six semaines entre la demande et la première session, le temps de cadrer le programme et de réunir le groupe. Les urgences se traitent au cas par cas.

Passeport de prévention

Les formations obligatoires sont déclarées dans le passeport de prévention de chaque stagiaire, ce qui suppose le recueil de son numéro de sécurité sociale.

Budgets formation 2026 et 2027

Collectivités et entreprises : les sessions peuvent être positionnées sur la fin de l'exercice 2026 ou planifiées dès maintenant sur le budget 2027. Parlons-en tôt pour caler les dates.

Parlons de votre besoin

Décrivez-moi votre contexte : je vous rappelle et nous construisons ensemble le dispositif qui y répond.

Maïté Fondart, formatrice et facilitatrice

maite.fondart@ma-formation-
prevention.fr

15 grande rue, 21310 Oisilly

07 82 08 42 07

ma-formation-prevention.fr

Interventions France entière

