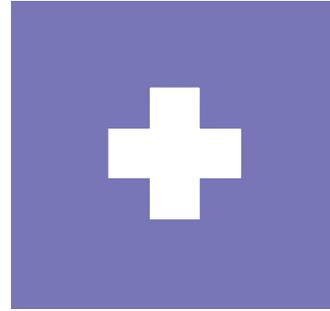




LA VIE Association reconnue
d'utilité publique
ACTIVE
Humaniste et Fraternelle



LE GUIDE 2026 DES FORMATIONS

La formation des acteurs du social, médico-social et sanitaire au service des usagers

Les formations pour les travailleurs d'ESAT et EA

LA VIE ACTIVE FORMATION

6 ter rue des bleuets
62000 ARRAS

03 21 21 50 70

contact@vieactiveformation.org

Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre
de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

LA VIE Association reconnue
d'utilité publique
ACTIVE
Humaniste et Fraternelle

Afin de maîtriser les nouvelles réglementations et les outils qui n'ont cessé d'évoluer, LA VIE ACTIVE FORMATION est à vos côtés pour cibler et définir avec vous les formations et les contenus les mieux à même de correspondre à vos besoins effectifs. Nos formations vous offrent également la possibilité de mieux connaître votre environnement et de développer vos pratiques sociales.

Basée sur une pédagogie active et en rapport étroit avec vos besoins spécifiques, chaque formation permet à tous de s'exprimer et de favoriser les échanges d'idées sur les méthodes, les expériences ou les situations vécues. Les moyens et outils mis à disposition facilitent l'intégration des acquis dans l'amélioration des pratiques professionnelles et des fonctionnements collectifs.



Nos formations peuvent aussi représenter une opportunité pour ré-orienter sa carrière et exercer un nouveau métier.

Nous sommes à vos côtés pour vous accompagner dans ce nouveau départ.

Avec plus de 400 références, le catalogue 2026 propose aux acteurs du secteur social, médico-social et sanitaire un large choix de formations afin d'acquérir et d'actualiser ses connaissances et ses compétences, d'accroître son niveau de qualification et de favoriser ainsi son évolution professionnelle.

Nous formons chaque année près de 4 000 stagiaires, dont des travailleurs handicapés dans le cadre de formations réalisées au sein des ESAT, avec un pourcentage de satisfaction de 98% en 2024 grâce à un accompagnement au plus près de vos besoins et à notre réseau de 66 formateurs experts.

Notre certification selon le Référentiel National QUALIOPi démontre également notre engagement à vous fournir des prestations de qualité.

Formation pour tous et orientation tout au long de la vie sont les maîtres mots de notre Association.

Bonne formation à tous.



 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

Alain DUCONSEIL

Président de LA VIE ACTIVE

Visitez notre site

www.vieactiveformation.org

Site associatif

www.vieactive.fr

ORGANISATION

Directrice / Référente Pédagogique : Christine VERJUS

Formateurs permanents : Patricia CANESSON, Corinne CAPY, Philippe HALLEZ, Vincent THERY

Secrétariat : Dorothee DUPLOUICH, Manon HAUTEKEUR, Isabelle VERDAT

Assistante de direction / Référente Administrative : Séverine DELMAZURE

Services Généraux : Sylvie COIN

Référent handicap : Dorothee DUPLOUICH

PHILOSOPHIE

Les premières actions en formation continue de LA VIE ACTIVE FORMATION ont été mises en place en 1984 afin de répondre à la fois aux préoccupations d'un personnel conscient de la nécessité d'une mise à jour constante des connaissances et des méthodes, ainsi qu'au souci des responsables d'Association et Directeurs d'Etablissements du secteur social et médico social désireux de compléter l'éventail des formations proposées. Notre spécificité découle de notre origine. En contact avec les réalités quotidiennes du terrain, LA VIE ACTIVE FORMATION est mieux à même de cibler des formations et de définir des contenus correspondant aux besoins effectifs. Nos formations répondent aux orientations du contexte socio-économique, aux besoins et désirs de tous les salariés rencontrés dans les établissements, et à nos échanges permanents avec nos partenaires. LA VIE ACTIVE FORMATION s'adresse aux acteurs du secteur social, médico-social et sanitaire, tout intervenant auprès de personnes malades, handicapées, en difficulté, âgée... au service de la qualité de l'accompagnement d'un usager. Basée sur une pédagogie active et en rapport étroit avec les besoins spécifiques des adultes, chaque action permet de s'exprimer, favorise les échanges d'idées sur les méthodes, les expériences ou les situations vécues. Les moyens et outils mis à la disposition de tous facilitent l'intégration des acquis dans l'amélioration des pratiques professionnelles et des fonctionnements collectifs.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

800 m² regroupant :

- 10 Salles de formation avec équipements audiovisuels
- Un site informatique fixe composé d'un matériel multimédia en réseau avec connexion Internet
- Un site informatique mobile, composés de micro-ordinateurs portables, nous permettant de délocaliser nos formations informatique
- Un service de ressources documentaires et veille associatif

DEMANDE D'ENVOI DE DEVIS DE FORMATION INTRA-MUROS

(sur votre site)

Date de la demande :

ETABLISSEMENT ORGANISME DEMANDEUR

Etablissement public : OUI NON N°ÉSIRETÉ:

Nom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Téléphone : Fax :

E-mail :

Directeur / Directrice : Monsieur, Madame :

PERSONNE À CONTACTER

M. Mme Mlle

Fonction :

Nom : Prénom :

Téléphone :

E-mail :

THÉMATIQUE DE LA FORMATION DEMANDÉE

Intitulé :

Stage du catalogue : OUI NON Si oui page :

Dates :

CONTEXTE DE LA DEMANDE DE FORMATION INTRA

Public accueilli : Enfants Adolescents Adultes Personnes âgées

Secteur d'intervention : Déficience intellectuelle Polyhandicap Déficience motrice Handicap psychique

Dépendance / âge Difficultés, exclusion, problématiques sociales

Autres

Finalités attendues par rapport à cette demande de formation :

.....

.....

.....

MODALITES DE REALISATION

Lieu de déroulement de la formation (si différente de l'adresse mentionnée en page 1) :

.....
.....
.....
.....
.....

Nombre de stagiaires éventuellement concernés (de 8 à 12 personnes maximum/groupe selon la formation)

.....

Nombre de groupes éventuels :

Fonction(s) des stagiaires (éducative, paramédicale, médicale, service généraux... pluriprofessionnels...)

.....
.....
.....
.....

PREFERENCE DE PLANIFICATION

sous réserve des disponibilités des formateurs à la date de la demande de devis

Durée envisagée en jours (sous réserve des objectifs du programme demandé) :

.....

Période de réalisation souhaitée : (préciser si hors vacances scolaires, vos jours impossibles etc...)

.....
.....
.....
.....

DELAI DE REPONSE SOUHAITE POUR L'ENVOI DU DEVIS

.....
.....

POINTS PARTICULIERS

.....
.....

Date, Cachet et signature du responsable
de l'Etablissement ou Organisme :

SOMMAIRE

Formations pour les travailleurs d'ESAT et EA

Comprendre l'autodétermination	11
Immersion en entreprise / Mises à disposition : se préparer aux savoir-être attendus	12
Savoir mener un entretien en milieu professionnel : demande de stage, immersion en entreprise	13
Mon rôle en ESAT	14
La citoyenneté	15
Les codes de présentation en situation de travail en ESAT	16
Protection juridique, droits et devoirs de chacun	17
Savoir être en situation socio-professionnelle	18
Être à l'aise à l'oral : prendre la parole, écouter et être écouté (e)	19
Gestion du stress et des émotions	20
Bien communiquer avec le client pour véhiculer une bonne image de l'ESAT	21
Mieux communiquer en atelier	22
Savoir travailler ensemble en ESAT	23
La communication au téléphone	24
Création et bien être	25
Vie affective et sexuelle - Trouver des réponses auprès d'une personne neutre	26
La Vie affective et sexuelle	27
Tout sur le tabac	28
LES ADDICTIONS : drogues, alcool, tabac	29
Lire, écrire, compter	30
SAVOIRS DE BASE : améliorer sa lecture et sa compréhension de l'écrit	31
Mon budget - Mon logement	32
Prendre des notes, faire un compte-rendu : CVS, réunion...	33
Être à l'aise avec les écrits professionnels	34
J'ouvre mon compte CPF (Compte Personnel de Formation)	35
Les règles administratives du travail	36
Optimiser l'adaptation au poste de travail par la maîtrise de documents jalonnant la vie professionnelle	37
SAVOIRS DE BASE : développer ses capacités en calcul	38
Les documents administratifs	39
Savoir réaliser les démarches administratives en ligne	40
Les dangers de la maison	41

Formations pour les travailleurs d'ESAT et EA

Prendre sa retraite et préparer l'avenir	42
La prévention des accidents domestiques et de la vie courante dans et hors de la maison et dans le cadre du travail	43
Formation aux fonctions électives (CVS, Commissions...)	44
Instance mixte : nouvelle instance représentative des travailleurs handicapés et professionnels en ESAT	45
Mieux connaître la personne âgée pour mieux appréhender le travail en EHPAD	46
Le rôle de délégué des travailleurs en ESAT	47
Apprendre à gérer ses émotions lorsque l'on travaille en EHPAD	48
Accompagnement vers la vie professionnelle	49
Mieux prendre soin de soi pour renforcer son pouvoir d'agir	50
Hygiène de vie et image de soi	51
Hygiène de vie : du domicile à l'ESAT	52
Avoir les bons gestes et améliorer sa posture quand on travaille sur écran	53
Se familiariser avec l'ordinateur - faites vos premiers pas en informatique	54
Se familiariser avec l'ordinateur - je découvre le logiciel de traitement de texte Word	55
Se familiariser avec l'ordinateur - je découvre le logiciel Excel pour faire des tableaux	56
Initiation à INTERNET	57
Initiation à la messagerie électronique	58
L'usage des réseaux sociaux et d'Internet	59
La fonction accueil physique et téléphonique en ESAT	60
Agent d'accueil : rôle et fonctions	61
Apprentissage de la tenue de caisse et la relation clients	62
Formation Chantier 5 S	63
Gestion du porte monnaie	64
Ergonomie à son poste de travail	65
Manutention et stockage	66
Prévention des TMS - Optimisation des gestes et postures au travail	67
Gestes et postures adaptés à la manutention et stockage	68
Initiation COUTURE	69
Racommodage	70
Le repassage	71
Entretien du linge, travailler en blanchisserie	72

Formations pour les travailleurs d'ESAT et EA

Entretien et hygiène des locaux	73
Entretenir ma maison, mon appartement, mon lieu de vie	74
Hygiène alimentaire et cuisine pratique	75
Les bonnes pratiques d'hygiène en restauration collective	76
Le tri selectif	77
Sécurité routière : se déplacer en 2 roues (vélo-cyclo-trottinette)	78
Sécurité routière : le piéton et le code de la route	79
Autonomie dans les transports	80
Sécurité liée à l'utilisation de substances chimiques	81
Initiation à l'utilisation d'un transpalette manuel	82
Initiation à l'utilisation d'un gerbeur électrique	83
Initiation à l'utilisation d'une débroussailluse et d'une tondeuse	84
Initiation à l'utilisation d'une tronçonneuse	85
Travail en hauteur	86
Signalisation des chantiers temporaires de voirie	87
Sécurité au travail en prestations extérieures	88
Sécurité au travail	89
Sécurité en espaces verts	90
Conduite à tenir en cas d'accident	91
Initiation à la reconnaissance des végétaux	92
Taille des haies et arbustes : Initiation	93
Création et entretien des massifs	94
Création et entretien des pelouses	95
Entretien du petit matériel en espaces verts	96
Entretien du petit matériel en espaces verts - Niveau 2	97



Comprendre l'autodétermination

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Laure WINTERBONE - Formatrice - Référente Handicap auprès de professionnels du secteur sanitaire, social et médico-social - Assistante Sociale



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT et / ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est l'autodétermination
- Appréhender les composantes de l'autodétermination
- Savoir repérer les ressources pour mon projet
- Connaître mes droits et mes devoirs

CONTENU

- L'autodétermination, c'est quoi ?
- Être autonome
- Se connaître et connaître son environnement
- Avoir confiance en soi
- S'organiser

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

- Power Point de présentation adapté
- Jeux de cartes
- Echanges permanents autour d'exemples concrets
- Réalisation d'affiches - Pauses régulières - Quizz - Questionnaire de satisfaction



Immersions en entreprise /

Mises à disposition :

se préparer aux savoir-être attendus



INTRA MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY, formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Comprendre les enjeux de la communication
Optimiser sa capacité à communiquer avec ses collègues
Prendre conscience de l'importance des signes para verbaux dans une situation de communication
Apprendre à gérer ses émotions et son stress dans une situation nouvelle

CONTENU

Adopter les bonnes attitudes

Les principes de la communication verbale
Ce qui peut rendre difficile la communication
Ce qui nous rapproche
Ce qui nous distingue

La communication non verbale :
Gestes/mimiques/intonation
Formules de politesse

Maîtriser ses réactions émotionnelles : stress, trac....

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode interactive basée sur l'alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques sous forme ludique
Jeux de rôles





Mon rôle en ESAT

INTRA MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY, formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

- Comprendre les missions et vocations d'un ESAT
- (re)découvrir ses droits et ses devoirs
- Découvrir les perspectives au-delà de l'ESAT

PROGRAMME

MISSIONS ET VOCATIONS DES ESAT

- le cadre législatif
- le travail, les différents soutiens
- l'épanouissement personnel, l'intégration sociale

MON ROLE, MA PLACE, MES DROITS, MES DEVOIRS

- dans le cadre du travail
- dans le cadre de la formation
- dans le cadre de la vie quotidienne (CVS)

AU-DELA DE L'ESAT

- l'Entreprise Adaptée, le Milieu Ordinaire

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Mises en situations

Echanges à partir des expériences personnelles et professionnelles.

Evaluation à l'oral par des échanges récapitulatifs à la mi-journée

Quizz final en fin de formation





INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'entrée dans la vie active confronte le travailleur handicapé aux règles qui régissent la vie sociale et professionnelle. Être représenté, représenter les autres, faire entendre sa voix sont des opportunités qui s'offrent à chacun pour faire valoir ses droits et aboutir ses revendications. Cette formation, destinée aux travailleurs des ESAT, se propose d'aider les participants à mieux repérer les droits et devoirs de tout citoyen. Elle vise à donner à chacun les moyens de passer du statut peu valorisant de bénéficiaire à celui d'acteur engagé dans une vie citoyenne responsable.

Je suis citoyen dans ma vie privée

Être citoyen :

Définir et s'approprier le concept de citoyenneté. Connaître la procédure de vote. S'approprier ses droits et ses devoirs

Identifier le cadre réglementaire régissant les droits des personnes en situation de handicap

Je suis citoyen dans ma vie professionnelle

L'exercice de la citoyenneté en ESAT : Comprendre les missions et vocations d'un ESAT, (re) découvrir ses droits et ses devoirs

Le Conseil de Vie Sociale :

Se situer dans son environnement juridique et appréhender leur fonction élective dans ce cadre. Comprendre les différentes missions d'un élu et la manière de le réaliser. Définir le rôle et les missions d'une fonction élective

Définir et comprendre les différentes instances représentatives de mon établissement. Développer ses capacités à recueillir et transmettre les informations dans l'optique de comprendre ce que veut dire porter la parole de l'autre ou représenter l'autre dans une instance représentative. Apprendre à écouter et prendre la parole dans un groupe, mieux se connaître et s'exprimer.

S'entraîner à la participation d'une réunion et d'un groupe

CONTENU

Je suis citoyen dans ma vie privée

La citoyenneté, qu'est-ce que c'est ? - Être citoyen : cela implique-t-il des droits et des devoirs pour tous ? - Être citoyen : l'engagement et la responsabilité - La responsabilité : Comment nos actes ont des conséquences ?

Comment exercer votre droit à - L'accès à l'éducation ? - L'accès à la santé ? - L'accès à l'emploi ? - Une fiscalité adaptée ?

- L'accessibilité physique aux infrastructures ? - La participation à la vie politique ? (Procédures électorales)

Comment remplir vos devoirs : - En tant que membre de la communauté ? - En tant que membre de la famille ? - En tant que membre de l'ESAT

Je suis citoyen dans ma vie professionnelle. Connaître les effets concrets de la loi 2002-2 et de 2005 pour défendre ses droits : - Pourquoi, pour qui, comment ? Missions et vocations des ESAT -Le cadre législatif -le travail : le contrat de soutien et d'aide par le travail : définition de son contenu (rémunération, temps de travail, etc) -les différents soutiens -l'épanouissement personnel, l'intégration sociale

Mon rôle, ma place, mes droits, mes devoirs -dans le cadre du travail : le règlement de fonctionnement (définition et contenu)

- dans le cadre de la formation - Connaître ses droits et devoirs dans son environnement professionnel afin de pouvoir exercer sa citoyenneté : La citoyenneté et la place au CVS, Réflexion collective sur la citoyenneté au quotidien en ESAT

Le cadre légal du Conseil de Vie Sociale : - Le CVS (définition, missions, etc) -approche du rôle et des attributions du CVS dans le cadre de la loi 2002.2 et du décret du 25 avril 2022 -répartition des rôles entre les différentes instances présentes du CVS - enjeux du CVS concernant la vie interne de l'établissement Les différents domaines de compétences du CVS - rôle, implication et responsabilité du CVS

-les élections Apprendre à se faire le porte-parole des autres travailleurs de l'ESAT : -Rôle et missions des représentants du CVS,

- Qu'est-ce qu'être représentant ? -Préparer une réunion, un ordre du jour,... - La communication orale et écrite -préparer la réunion CVS avec les autres délégués et préparer son intervention

- Comment se faire aider : le rôle des représentants des salariés au sein des diverses commissions Le Conseil de Vie Sociale -travailler la prise de parole en public -connaître les bases de la prise de note des propos tenus lors du CVS

Retour de la réunion du Conseil de Vie Sociale -rédiger un compte-rendu -restituer et diffuser les réponses apportées aux demandes et questions des travailleurs

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

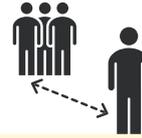
Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation. Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC

Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Les codes de présentation en situation de travail en ESAT

INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

- Etre capable de comprendre la nécessité d'avoir une bonne hygiène et, si tel n'est pas le cas, les conséquences que cela implique pour soi et pour les autres.
- Prendre conscience de l'importance de l'hygiène afin de mieux s'intégrer dans l'environnement de travail
- Adopter de bonnes pratiques en matière d'hygiène personnelle (connaître les techniques simples pour une bonne hygiène: acquérir les gestes de la toilette quotidienne en employant les produits adéquats.)
- Sensibiliser à l'importance de la présentation, dans l'image qu'ils reflètent auprès des autres personnes.
- Adapter la tenue vestimentaire aux situations et circonstances dans lesquelles nous sommes.
- Comprendre les usages et codes vestimentaires : adapter sa tenue à son activité, à son corps... aux consignes de l'ESAT
- Comprendre que mon apparence conditionne la manière dont je suis perçu par mon entourage personnel et professionnel
- Favoriser l'acquisition de quelques repères simples pour une bonne harmonie physique et vestimentaire, pour un bien-être socio-professionnel.

CONTENU

Hygiène Corporelle :

- Comment définir l'hygiène □ Est-il facile de parler d'hygiène □ Lien entre l'hygiène et les relations avec les autres
- Le corps : pourquoi se laver ? □ Respect de soi et d'autrui : Pourquoi est-il important d'avoir une bonne hygiène corporelle ?
- Quels sont les signes visibles et invisibles d'une bonne ou mauvaise hygiène ?
- A quelle fréquence le corps doit être lavé ? □ Comment se laver ? Fréquence/produits/étapes
- Les étapes de la douche, du bain Choisir les « bons produits » Les dents : pourquoi les laver ? :
- Pourquoi est-il important d'avoir une bonne hygiène dentaire ? □ Quels sont les signes visibles et invisibles d'une bonne ou mauvaise hygiène dentaire ? (Haleine, taches, douleurs, perte de dents...)
- Techniques de brossage : se brosser les dents correctement pour les garder en bonne santé (technique, fréquence, durée, matériel), comprendre le rôle du brossage dans la prévention des caries Pourquoi se laver les mains ? □ Enjeux de santé publique : la prise de conscience du risque de transmission d'agents infectieux par les mains est un enjeu de santé public. □ Dans quelles circonstances faut-il se laver les mains ? Pourquoi ? □ Comment se laver les mains ? les étapes
- Les cheveux : pourquoi les laver ? □ Pourquoi est-il important d'avoir une bonne hygiène des cheveux ? □ Quels sont les signes visibles et invisibles d'une bonne ou mauvaise hygiène des cheveux ? (Poussières, odeurs...)
- A quelle fréquence les cheveux doivent-ils être lavés ? □ Les étapes pour le lavage des cheveux
- Hygiène vestimentaire : □ Importance dans le respect de soi et des autres □ Choix des matières/textiles □ Pourquoi et quand changer de vêtements, de sous-vêtements ? □ Quand et comment entretenir son linge ?
- Entretien des vêtements : (symboles d'entretien du linge, comment trier le linge ? Comment choisir sa lessive ?...)
- Apprendre à se mettre en valeur par un style vestimentaire adapté à sa morphologie, à son âge, aux conditions climatiques et au contexte...
- Harmoniser sa tenue vestimentaire : Les différents styles vestimentaires
- Tenir compte de sa morphologie afin de se mettre en valeur
- Apprendre à associer les couleurs pour une bonne harmonie (Cercle chromatique / test du draping)
- Apprendre à tenir compte des conditions climatiques, saisons et du contexte...
- Les petits plus pour mettre en valeur la silhouette
- Les règles de base pour optimiser son image
- L'achat de la tenue : connaître ses mensurations, apprendre à lire les étiquettes ...)
- Coordonner la garde-robe professionnelle avec la garde-robe personnelle (Quels vêtements choisir ?/Les couleurs à adopter/apprendre à les associer)
- Importance de l'image que l'on donne :
- Valoriser son image par une communication et une attitude adaptée : la « présentation de soi » comme critère de communication :
- Réflexion autour de la présentation : style vestimentaire, soins de soi.
- Comment adapter son image en fonction de son environnement (familial, professionnel...)
- Comment je me perçois ? Comment les autres me perçoivent-ils ? ce que je voudrais qu'ils perçoivent

L'image de l'ESAT :

- Impact de la présentation de chacun sur l'image de l'ESAT et des services proposés
- Assimilation d'un professionnel à son entreprise par : les clients, les partenaires, l'employeur
- De la qualité d'une présentation à la perception d'une qualité de prestation
- L'importance de l'hygiène, véritable levier pour renforcer une image positive

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation. Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC/Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Protection juridique, droits et devoirs de chacun

INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Rendre accessible aux stagiaires le fonctionnement des différentes mesures de protection juridique
Permettre aux ouvriers (ères) de comprendre ce qu'est un tuteur ou un curateur (Clarifier les droits de la personne protégée/Expliquer les limites du tuteur ou du curateur)
Apporter des réponses sur les droits et devoirs de chacun

CONTENU

Expliquer l'intérêt d'une protection judiciaire (Pourquoi une mesure de protection ? Comment est-elle mise en place ?)
Définir les différentes mesures de protection et leur mise en place (différences entre curatelle simple/renforcée et tutelle)
Déterminer les droits et devoirs de chacun des acteurs. Quels sont leurs pouvoirs de décision et d'intervention ?
Tuteur/curateur : Gestion du budget, accompagnement et implication dans la vie du majeur protégé, ...
Majeur protégé : Quelle est sa participation dans la gestion de son budget, quels sont ses droits civiques, ...
Juge : Comment sont suivis et vérifiés les dossiers...
Réalité de la vie quotidienne quand on est protégé

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation. Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC/Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation
Remise d'une attestation de formation individuelle



Savoir être en situation socio-professionnelle



INTRA MUROS (devis sur demande)



Danielle PLATEL - Psychopédagogue - Formatrice en conseil en image personnelle et professionnelle auprès de personnes en difficulté d'insertion sociale, déficientes intellectuelles en ESAT, et personnes âgées en EHPAD.
Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 15 ans de formation d'adultes. Intervention auprès de publics d'ESAT/ EA. Référente Accompagnement.



24 HEURES - 4 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF

Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Permettre aux travailleurs handicapés de prendre conscience des règles de la communication dans un contexte professionnel, personnel et social, et de créer ainsi une qualité de relation avec soi-même et avec les autres et d'adapter son comportement en conséquence.

PROGRAMME

1. Prendre conscience des enjeux liés à la communication et des messages que l'on transmet à l'autre.
Description du schéma de la communication. Que communique t-on : messages induits, positifs et négatifs. Les mécanismes de l'expression orale : le ton, le débit, l'articulation. Les mécanismes de l'expression non verbale : gestuelle, regard. Connaître les règles de la communication
2. Aller à la découverte de soi-même et mieux comprendre l'autre
Perception à travers les 5 sens. Formulation « neutre » d'une description des faits (allusion aux interprétations et aux jugements). La, juste distance (allusion à la proxémique). Travail d'expression physique et verbale (lorsque je vois, j'entends, j'observe). Travail de Communication verbale et non verbale avec l'autre. Découvrir et rencontrer son potentiel créatif, imaginaire (à partir de thème d'improvisation ludique)
3. Savoir exprimer ses sentiments et ses émotions
Définitions des émotions. Découvrir ses émotions. Travail d'expression physique et verbale (lorsque je me sens)
4. Savoir exprimer ses besoins
Définitions des besoins (les besoins c'est la vie). Prendre conscience de ses besoins, les reconnaître. Reconnaître les besoins d'autrui. Origine des conflits
5. Savoir exprimer des demandes claires, sans exigence
Définition de la demande. Gestion des conflits. Gestion du stress
6. La « présentation de soi » comme critère de communication
Réflexion autour de la présentation : hygiène corporelle capillaire et vestimentaire, hygiène de vie, style vestimentaire, soins de soi. Exercice de présentation de soi.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance de pratique et de théorie mises en relief par des situations d'expression corporelle, jeux de rôle, et supports visuels
Evaluation par des mises en situation



Être à l'aise à l'oral :

prendre la parole, écouter et être écouté (e)



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Corinne CAPY, formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Prendre la parole plus aisément et avec davantage d'assurance
Apprendre à écouter
Apprendre à maîtriser sa voix (intonation, volume, débit)

CONTENU

Apprendre à nuancer « entendre » et « écouter »
Les règles d'une communication orale réussie

L'écoute active :

Etre attentif
Savoir faire comprendre
Savoir réagir
Les interactions : reformulations et questionnements

La maîtrise de sa voix

Volume
Intensité
Débit
Fluidité
Articulation
Intonation

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode interactive basée sur l'alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques sous forme ludique/ Jeux de rôles



Gestion du stress et des émotions



INTRA MUROS (devis sur demande)



Omkalthoum CHAREF - Sophrologue depuis 2010, DU Gestion du Stress et de l'Anxiété (Faculté de Médecine de Lille ,2013), Hypnothérapeute (DU d'Hypnose Médicale de la Faculté de Médecine de Lille ,2014), Psycho praticienne en Thérapies Brèves et Plurielles (EDP Tournai 2019), Infirmière DE 20ans jusque 2010.



06 HEURES - 1 JOUR



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Comprendre les origines et les mécanismes du Stress pour le canaliser.

Identifier sa réaction face à son propre stress de manière à y remédier.

S'approprier des outils pour gérer ses états de stress et améliorer son efficacité et son dynamisme personnels et professionnels.

Reconnaître une personne stressée afin de l'aider et de lui proposer des techniques spécifiques à la gestion de son stress.

Être capable de désamorcer une situation stressante.

CONTENU

Apports théoriques et définition du Stress.

Comprendre son mode de fonctionnement face au stress

Comprendre globalement la physiologie du Stress : SGA, cerveau limbique, modèle transactionnel.

Apprendre à reconnaître les signes de stress chez l'autre.

Acquérir des outils pour gérer son stress à l'instant T et de manière préventive.

Utiliser des techniques issues des méthodes de sophrologie, hypnose et de méditation.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

La formation se déroulera en privilégiant l'alternance des contenus théoriques et des exercices

pratiques dans le respect de chacun. Elle sera complétée par des travaux de groupes, des

échanges de pratiques et des documents sur support papier, par email, bibliographie,

applications et vidéos.

Évaluation par des exercices et des mises en situation.





Bien communiquer avec le client pour véhiculer une bonne image de l'ESAT

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Comprendre les impacts professionnels d'une bonne communication
Développer son potentiel en maîtrisant son image en cohérence avec sa cible professionnelle
Adapter son discours et sa posture face à des interlocuteurs de profils différents et/ou suivant le secteur d'activité
Valoriser et dynamiser son image
Identifier les leviers afin de mettre en avant ses compétences.
Aborder plus facilement la relation avec les autres et en particulier lors des échanges directs avec la clientèle.
Améliorer son expression orale et savoir adapter sa posture professionnelle aux différentes situations et interlocuteurs rencontrés.

CONTENU

Comprendre les enjeux de la communication
Qu'est-ce que communiquer ?
Communiquer avec les autres :
La communication verbale et non verbale
Qu'est-ce qu'un client ? :
La notion de client : la définition du client. L'entreprise en milieu ordinaire, son fonctionnement et la hiérarchie. Les impacts sur les travailleurs et sur l'ESAT d'un comportement satisfaisant.
Ses exigences/ce qu'il apprécie dans le service ou le produit fourni, ce qu'il apprécie moins.../ce que nous percevons... ce qu'il nous en dit
Compétences professionnelles en contact clientèle : comment faciliter la communication avec le client ?
L'attitude adaptée : entrer en communication avec le client.
Les compétences relationnelles (savoir-être) : présentation/adaptation
Les compétences techniques (savoir-faire) suivant le produit ou service à réaliser
Les difficultés rencontrées (Savoir gérer une situation conflictuelle, ...)
Le nécessaire travail d'équipe
Qu'est-ce qu'une « équipe » ?
Place et rôle de chacun : utiliser au mieux ses compétences
Attitudes et comportements au sein de l'équipe : respect, cohésion, partage
Gérer les conflits et les désaccords
Savoir passer le relais au moniteur

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels
Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC. Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation
Remise d'une attestation de formation individuelle





Mieux communiquer en atelier

INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'action de formation proposées permettra au(x)travailleur(s) en situation de handicap d'ESAT et d'EA d'/de :

- Apprendre à se connaître pour être mieux avec les autres
- Réussir à communiquer de façon positive
- Acquérir des "savoir être" facilitant la relation aux autres

CONTENU

- Prise de conscience que chacun est différent et donc comprend et agit différemment :
 - Comment éviter les interprétations ?
 - Pourquoi a-t-on des difficultés à communiquer ?
- Apprendre à gérer ses émotions, comment les exprimer sans excès, les pièges à éviter
- Qu'est-ce qu'une communication efficace :
- J'écoute, je vérifie si j'ai bien compris, je reformule
- Savoir délivrer un message
- Vérifier s'il a été bien compris
- Que faire si soi-même on n'a pas bien compris une consigne
- Apprendre à écouter, à reformuler : notion de respect de chacun
- La communication :
 - Repérer les différences de style et de communication à adopter
 - Observer, écouter, s'adapter
 - Formuler une demande, transmettre
 - Sortir d'une situation conflictuelle (communication non violente).

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation - Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels.
MODALITES : les participants doivent au minima savoir lire et écrire



Savoir travailler ensemble en ESAT



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'action de formation proposées permettra au(x)travailleur(s) en situation de handicap d'ESAT et d'EA d'/de :

Apprendre des techniques de communication qui permettent de dépasser les préjugés et malentendus et qui permettent d'accepter la différence

Rappeler aux usagers les biens faits du dialogue et l'importance d'une bonne communication

Garder une attitude professionnelle en cas de conflit avec une personne.

Adopter les comportements et attitudes attendus en entreprise

Trouver le juste comportement, en entreprise face à ses collègues et face à sa hiérarchie...

CONTENU

La communication :

Principes de base de la communication

Comment je communique ? (communication verbale, para-verbale, non verbale)

Comment puis-je améliorer ma communication pour éviter les conflits et les malentendus ?

La gestion des émotions : Apprendre à gérer ses émotions et les exprimer sans excès

Qu'est-ce qu'une communication efficace

Apprendre à s'exprimer en public

Délivrer un message correctement et vérifier s'il a été compris

Apprendre à écouter, à reformuler

Les savoir être en entreprise : « comment être un bon professionnel »

La relation avec les autres : collègues, clients, encadrants

Le comportement attendu sur le lieu de travail

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels.





La communication au téléphone

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Professionnels et formateurs**

 **12 HEURES - 2 jours**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF
Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Connaître les règles de la communication
Savoir utiliser le téléphone dans le cadre de son activité professionnelle

PROGRAMME

Qu'est-ce que la communication ?

Que faut-il pour communiquer ?

- la communication linéaire
- la communication interactive
- schéma de la communication
- l'entonnoir de la communication

Le cadre de référence : un obstacle ?

Les différents types de communication

- écrit/verbal/oral
- la part de gestuel
- les mécanismes de l'expression orale : le ton, le débit, l'articulation

L'outil « téléphone »

- les avantages de l'outil
- les limites de l'outil

Les objections : les différentes techniques de réponse aux objections

Structurer son message : les étapes d'un entretien

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Evaluation par des exercices et des mises en situations.





Création et bien être

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



**Danielle PLATEL - Psychopédagogue - Formatrice en conseil en image
personnelle & professionnelle**



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Dames en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF
Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Pour une valorisation de l'image personnelle et professionnelle

Accroître la confiance et l'estime de soi
Etre mieux dans sa peau
Apprentissage de techniques pour se valoriser

PROGRAMME

Connaissance de soi : découverte de ses ressources, de ses possibilités
Réflexions autour de l'hygiène et le bien-être
Réflexion autour de la couleur et du style personnel
Atelier pratique look : soins du visage, coiffure, maquillage, style ...
Production à thèmes : masque vénitien

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Respect de la singularité - Dynamique de groupe autour des thèmes liés à l'image
VALIDATION DE L'ATELIER
Entretien individuel avec remise d'un livret de préconisations concrètes.





Savoir mener un entretien en milieu professionnel : demande de stage, immersions en entreprise

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



**Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie
d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés.**



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Ce programme de formation vise à fournir aux participants les outils et les techniques nécessaires pour aborder avec confiance les entretiens en milieu professionnel, augmentant ainsi les chances de succès dans la recherche de stage ou d'immersions en entreprise.

OBJECTIFS

Savoir valoriser ses compétences
Acquérir les techniques de communication utilisées lors des entretiens
Apprendre à gérer son stress, son anxiété

CONTENU

1. Les entretiens en milieu professionnels

-Les différents types d'entretien, les différentes formes

-La préparation : Savoir présenter ses compétences, savoir présenter son parcours professionnel

2. Les techniques de communication

-La communication verbale et les signes para verbaux, Adopter une attitude d'ouverture

Contact visuel et langage corporel. Focalisation sur le locuteur, sans interruption. -Savoir se présenter de manière professionnelle. -Pratiquer l'écoute active et la reformulation :

Les Techniques pour améliorer l'écoute active :

Résumer ce qui est dit, poser des questions pour clarifier. Réfléchir sur les émotions exprimées.

Les Principes de la reformulation :

Répéter avec ses propres mots ce que l'interlocuteur a dit. Garder le message fidèle à l'intention originale.

Éviter les jugements ou les interprétations personnelles.

La Gestion des obstacles à l'écoute active et à la reformulation:

Distractions externes et internes. Préjugés et stéréotypes. Surmonter le besoin de répondre immédiatement.

3. La gestion du stress

- Techniques de gestion de ses émotions avant et pendant l'entretien. - Exercices de respiration afin de rester concentré et calme

4. Simulation d'entretiens

Exercices pratiques : -Jeux de rôle pour pratiquer l'écoute active et la reformulation. -Scénarios de communication réels pour mettre en pratique les compétences acquises.

-Auto évaluation/Debriefing

-Retours individualisés et conseils pour améliorer ses performances

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

La formation alternera entre des sessions théoriques pour présenter les concepts clés et des exercices pratiques pour permettre aux participants de mettre en pratique ce qu'ils ont appris. Des études de cas et des simulations d'entretien seront utilisées pour favoriser l'interaction et l'apprentissage par l'expérience.

L'évaluation se fera de manière continue tout au long de la formation, avec des retours individualisés lors des exercices pratiques et des simulations d'entretien. Une évaluation finale permettra de mesurer la progression des participants et d'identifier les domaines où des efforts supplémentaires pourraient être nécessaires.





Vie affective et sexuelle

- Trouver des réponses auprès d'une personne neutre

INTRA MUROS (devis sur demande)



Laurence FRANCOIS - Formatrice - Référente ASE pendant 15 ans à Lille - Licenciée en Sciences de L'Education et titulaire d'un Master II en Sociologie de la Société et Développement Social - Formée à l'AT dans le champ clinique pendant 5 ans et équithérapeute - Certifiée en ProcessCom Niveau I - Accompagne, via des modules thématiques, des étudiants et des professionnels du médico-social - Assure Ponctuellement depuis 12 ans, les fonctions de Juge Assesseur auprès du Tribunal Pour Enfants.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Différencier les notions d'affectivité et de sexualité
Connaître les peines encourues en cas de viols et/ou d'agressions sexuelles
Acquérir des connaissances sur son corps.
Savoir se préserver et préserver son partenaire des IST. Connaître les différents types de contraception
Comprendre la notion de consentement

CONTENU

La puberté chez l'homme et chez la femme
La consultation gynécologique
L'examen gynécologique,
Les Infections Sexuellement Transmissibles
Le viol & Les agressions sexuelles
Les moyens de contraception :
La conception d'un bébé
La pilule du lendemain
L'avortement
Le respect de l'autre et le consentement

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Vidéos Support papier (images) Jeu de société (Titeuf le zizi sexuel)
Evaluation collective avec présentation de situations



La Vie affective et sexuelle



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Khadija LANNABI -Formatrice auprès de publics en difficultés ou handicapés sur l'éducation à la vie sexuelle, Conseillère conjugale et familiale au Conseil Départemental du Pas-de Calais - Chargée de Projet Prévention



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'objectif général est de permettre à des personnes handicapées déficientes intellectuelles, une meilleure compréhension et l'appropriation de notions liées à la vie sexuelle et affective. Leur permettre d'être acteur de cette éducation, leur donner des compétences et les valoriser

Permettre à des personnes intellectuelles de :

- Différencier les notions d'affectivité et de sexualité.
- Reconnaître la place de la relation à l'autre dans les dimensions affectives et sexuelles
- Contextualiser l'affectif et le sexuel au sein du social
- Favoriser l'expression de chacune dans ces dimensions de vie.

PROGRAMME

Informé, sensibiliser, éduquer le public concernant :
une grossesse non désirée : La contraception, la pilule du lendemain, l'avortement
Les conduites à risques (alcool, drogues)
Se respecter et respect l'autre
La loi et la majorité sexuelle
Les différentes institutions

Sensibiliser le public concernant les Infections sexuellement transmissibles (le préservatif, le respect de soi et de l'autre)

Changer son comportement et sa représentation de la sexualité

Informé des risques encourus par ses différentes infections

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode participative alternant des apports théoriques et un travail sur les vécus liés à ces thématiques. Une attention particulière sera donnée aux supports pédagogiques afin de favoriser une appropriation des éléments théoriques.



Tout sur le tabac



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Permettre à chaque participant d'être acteur de sa santé, en lui donnant les éléments nécessaires afin de lui faire prendre conscience des risques liés au tabagisme.

- Sensibiliser aux méfaits du tabac
- Aborder la notion de dépendance
- Informer sur les moyens existants
- Interpeller les fumeurs sur les conséquences du tabagisme passif, le nécessaire respect de l'autre
- Connaître les lois en vigueur

PROGRAMME

- Le tabac, qu'est-ce que c'est ?
- Effets et dangers du tabac
- La dépendance au tabac
- Les solutions pour arrêter de fumer
- Les substituts nicotiques
- Le tabagisme passif
- Que prévoit la loi ?

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

- Apports théoriques via des supports écrits
- Outils d'animation spécifiques (CD, jeu pédagogique)
- Documentation diverse



LES ADDICTIONS : drogues, alcool, tabac



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Comprendre les dangers des différents produits licites et illicites
Comprendre la dépendance
Intégrer l'importance d'adopter une bonne hygiène de vie

PROGRAMME

Qu'est-ce qu'une drogue ?
Les différents usages
La dépendance : comment et pourquoi elle s'installe ?
Les principaux produits licites et illicites

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode interactive basée sur l'alternance d'apports théoriques et d'éléments pratiques via des supports écrits
Quizz par module



Lire, écrire, compter



INTRA MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY, formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



A déterminer par l'établissement et selon les objectifs définis



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée possédant des notions de base en lecture, écriture et calcul

EFFECTIF : groupe de 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Les objectifs ci-dessous ne constituent pas une liste exhaustive. Il revient à chaque établissement de nous contacter en amont de la formation, minimum 1 mois avant, afin de déterminer les objectifs à atteindre par participant

- Compléter ses coordonnées (nom, prénom, date et lieu de naissance, adresse) sur un document administratif
- Lire, écrire des mots simples
- Lire et construire une phrase simple
- Comprendre un texte court
- Se faire comprendre à l'oral et comprendre un message oral
- Connaître les suites de nombres
- Ecrire les nombres en chiffres
- Calculer mentalement (additionner et soustraire des « petits nombres »)
- Maîtriser les techniques opératoires (additions et soustractions en colonne, simples et avec retenues, multiplications à 1 et 2 chiffres, par 10)
- Utiliser l'euro (compter une somme, rendre la monnaie, payer)

PROGRAMME

LECTURE/ECRITURE

Les lettres de l'alphabet

Ecrire son nom, son prénom, date et lieu de naissance, adresse

Lecture et écriture de mots simples

Lecture de phrases simples, construction de phrases simples

Compréhension d'un texte court

Echanges oraux : compréhension et transmission de messages à l'oral

CALCUL

Les suites numériques

Ecriture des nombres en chiffres

Calcul mental : Additions et soustractions

Les techniques opératoires simples : addition et soustraction en colonne, simple et avec retenues, multiplication à 1 et 2 chiffres, la multiplication par 10

La monnaie : compter, rendre la monnaie, payer

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et pratiques

Evaluation par des exercices pratiques au fil de la formation - supports écrits, jeux de rôles, mise en situation



SAVOIRS DE BASE : améliorer sa lecture et sa compréhension de l'écrit



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



SELON BESOINS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 10 personnes maximum

CONTEXTE / OBJECTIFS

Cette formation s'adresse aux usagers d'ESAT et salariés d'EA possédant quelques bases en lecture écriture mais souhaitant améliorer leur fluence et leur compréhension de l'écrit.

Les objectifs ci-dessous pourront être déclinés selon la situation de chaque participant

- Lire et construire une phrase simple
- Lire et comprendre un texte court
- Ecrire un texte court : message, mail

CONTENU

Lecture et écriture de mots simples les plus fréquents

Lecture de phrases simples, construction de phrases simples

Lecture et Compréhension d'un texte court

Ecriture d'un texte court : un message, un mail

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et pratiques - Evaluation par des exercices pratiques au fil de la formation : supports écrits, jeux de rôles, mise en situation.

MODALITES : avoir des notions de base en lecture et écriture



Mon budget - Mon logement



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Donner les moyens à chaque participant d'être autonome dans ses démarches administratives

De lui permettre de maîtriser et d'équilibrer son budget

De défendre ses droits, en particulier droit du consommateur

PROGRAMME

Gérer son argent

la notion de budget : qu'est-ce qu'un budget, comment le concevoir ?

les dépenses : dépenses fixes, ponctuelles, économies

les assurances

les achats à crédit, les ventes par correspondance...

les droits du consommateur

le surendettement : quelles démarches à effectuer ?

Les règles administratives du logement

la recherche d'un logement

le bail, l'état des lieux

caution et garantie

le loyer

l'assurance

Les démarches administratives

où s'adresser ?

comment ? (pièces à fournir)

coût ?

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Apports théoriques, supports écrits - Travail de groupe ou exercices pratiques sur des situations apportées par les participants.

MODALITES : avoir des notions de lecture et d'écriture



Prendre des notes, faire un compte-rendu : CVS, réunion...



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

CONTEXTE / OBJECTIFS

Cette formation s'adresse à des usagers d'ESAT ou salariés d'EA, élu au CVS ou participant aux différentes réunions ou rencontres professionnelles.
Il s'agira pour cette formation d'acquérir les bases de l'écriture rapide et d'apprendre à structurer ses idées en vue d'un compte-rendu.

Savoir prendre des notes sans perdre l'essentiel de l'information
Acquérir les réflexes de l'écriture rapide
Structurer ses idées pour faire un compte-rendu utile

CONTENU

1. La prise de notes :

Préparation et utilisation des supports :

ordre du jour, support papier, pagination, matériel, Hiérarchie des informations, Economie d'écriture : signes, abréviations, symboles...

2. Le compte-rendu :

Objectifs du compte-rendu :

informer le lecteur, rapporter l'essentiel et respecter l'objectivité de l'information

Les caractéristiques : lisibilité, concision, mise en évidence des articulations, fidélité des informations, rapidité de lecture

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance entre apports conceptuels et exercices d'application à partir de situations professionnelles

Autodiagnostic - Evaluation par des mises en situation corrigées en groupe.

MODALITES : avoir des notions de base en lecture et écriture



Être à l'aise avec les écrits professionnels



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



A DETERMINER SELON BESOINS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 à 10 personnes

OBJECTIFS

Cette formation s'adresse à des usagers d'ESAT ou salariés d'EA qui utilisent l'écrit dans le quotidien professionnel ; par exemple, qui travaillent sur une plateforme de sous-traitance. Il s'agira pour cette formation d'apprendre à associer le mode de communication selon la situation professionnelle, d'acquérir plus d'autonomie dans la rédaction d'écrits professionnels.

OBJECTIFS

Choisir le mode de communication adapté à la situation professionnelle
Être autonome dans la rédaction de mails professionnels
Être autonome dans la rédaction de courriers

CONTENU

Identifier les situations de communication : éléments de repérage

La rédaction d'un mail :

-Différencier mail interne-mail externe

Le fond : Identifier le destinataire -Identifier ce que je veux dire et le rédiger

La forme : Les différentes parties du mail :

Destinataire- qui mettre en copie-en copie cachée -l'objet-

- Les formules d'appel- Les formules de politesse- La mise en page- les paragraphes - Les règles orthographiques de base : ponctuation, accords

La rédaction de courrier :

Le fond : Identifier le destinataire -Identifier ce que je veux dire et le rédiger

La forme : Les différentes parties du courrier :

Destinataire - Les formules d'appel- Les formules de politesse- La mise en page- les paragraphes - Les règles orthographiques de base : ponctuation, accords

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance entre apports conceptuels et exercices d'application à partir de situations professionnelles

Autodiagnostic - Evaluation par des mises en situation corrigées en groupe.

MODALITES : avoir des notions de base en lecture et écriture



J'ouvre mon compte CPF (Compte Personnel de Formation)



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



06 HEURES - 1 JOUR



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT et ou Entreprise Adaptée.

PREREQUIS : avoir des notions de lecture et d'écriture

OBJECTIFS

Le compte personnel de formation a été créé le 1er janvier 2015 pour remplacer le droit individuel à la formation (DIF). Il a été modifié en 2018 par la réforme de la formation professionnelle. Celui-ci permet à toute personne active, dès son entrée sur le marché du travail et jusqu'à la date à laquelle elle fait valoir l'ensemble de ses droits à la retraite, d'acquies des droits à la formation mobilisables tout au long de sa vie professionnelle.

La formation proposée vise à :

Comprendre les règles du CPF

Ouvrir et consulter le compte CPF

Trouver des formations éligibles en lien avec mon projet professionnel

CONTENU

Comprendre les règles du CPF concernant les travailleurs d'ESAT

Ouvrir un compte CPF

Consulter son compte CPF

Trouver les formations éligibles au CPF en fonction de son projet professionnel, de ses besoins et envies

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC. Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation Remise d'une attestation de formation individuelle



Les règles administratives du travail



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Professionnels et formateurs**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DÉTERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Connaître ses droits et ses devoirs au sein d'une entreprise

PROGRAMME

- La législation du travail
- Le contrat de travail
- La rémunération
- Le règlement intérieur
- Les sanctions disciplinaires
- La démission
- La durée légale du travail
- Le salaire et fiche de paie
- La représentation du personnel dans l'entreprise
- Le Comité d'Hygiène, de Sécurité et des Conditions de Travail
- L'inspecteur du travail
- Le médecin du travail
- Le conseil des Prud'hommes
- Les discriminations au travail
- Les différents types de harcèlement
- Les Travailleurs Handicapés et l'emploi

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Pédagogie pratique et concrète. Alternance d'apports théoriques et d'exercices. Echanges à partir des expériences personnelles et professionnelles. Evaluation par l'analyse des situations vécues par les participants.

MODALITES : avoir des notions de base en lecture et écriture



Optimiser l'adaptation au poste de travail par la maîtrise de documents jalonnant la vie professionnelle



INTRA-MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



A DETERMINER EN FONCTION DES BESOINS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Optimiser l'adaptation au poste de travail par la maîtrise de documents jalonnant la vie professionnelle.
Procéder en diverses étapes de réapprentissage à une maîtrise de savoirs de base et de compétences professionnelles dans le but d'une meilleure adaptation au poste de travail.

PROGRAMME

Le programme est adaptable.

Il s'appuiera sur les documents existants au sein de la structure et transmis au préalable par l'établissement

Identifier les documents jalonnant la vie professionnelle : nature/sens/fonction

Exemple: le bon de livraison, la fiche de production, la fiche de suivi qualité....

Identifier et maîtriser les procédures courantes liées au poste de travail

Exemple : la réception/ l'expédition de marchandises, la procédure de nettoyage

Se familiariser avec des nombres et des calculs simples rencontrés dans le quotidien de travail

Connaître les doubles, presque doubles et les compléments à 10

S'exercer au calcul rapide, au calcul mental avec des nombres simples rencontrés sur le lieu de travail

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode active et participative et travail de relativisation par rapport à l'échec et l'erreur. Le participant sera placé dans une situation de « réussite » afin de lui donner les bases pour pouvoir modifier et adapter ses connaissances.

Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives des personnes (évaluation initiale).

Le parcours alternera des temps d'apprentissage, de travail individuel en autonomie quand cela s'avérera possible et opportun, ainsi que des temps de regroupements.

Evaluation au fil de l'eau par des exercices pratiques à partir de mises en situations

MODALITES : avoir une maîtrise de base en lecture et écriture





SAVOIRS DE BASE : développer ses capacités en calcul

INTRA MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY -Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



A DETERMINER EN FONCTION DES BESOINS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

CONTEXTE / OBJECTIFS

La formation s'adresse aux usagers d'ESAT et salariés d'EA. Il s'agira via cette formation de renforcer ses acquis et d'être plus efficace sur le calcul de manière générale.

Les objectifs ci-dessous pourront être déclinés selon la situation de chaque participant

- Calculer mentalement des « petits nombres »
- Maîtriser les techniques opératoires simples de l'addition, soustraction, multiplication et division

CONTENU

Calcul mental : Additions et soustractions

Les techniques opératoires simples :

addition et soustraction en colonne, simple et avec retenues,

multiplication à 1 et 2 chiffres,

la multiplication par 10,

la division

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et pratiques

Evaluation par des exercices pratiques au fil de la formation : supports écrits, jeux de rôles, mise en situation

MODALITES : avoir des notions de base en calcul



Les documents administratifs



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

objectifs

Développer sa connaissance et son autonomie
face aux démarches administratives de la vie courante

PROGRAMME

Présentation des différents types de documents administratifs

Les reconnaître et les comprendre

Ceux qu'il faut garder, pourquoi, où et combien de temps

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Echanges interactifs entre les participants et la formatrice

Mise en commun des connaissances de chacun

Apports théoriques - Evaluation par des entraînements et explications adaptés à la situation de chacun

MODALITES : avoir des notions de base en lecture et écriture



Savoir réaliser les démarches administratives en ligne



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Permettre aux usagers d'ESAT de se familiariser aux outils numériques existants pour simplifier la réalisation de leurs démarches administratives en ligne (messagerie, navigation sur les sites officiels...).
Développer leurs capacités de discernement pour mieux repérer les sites frauduleux et protéger leurs données personnelles.
Être autonome pour réaliser les démarches administratives courantes

CONTENU

Les données personnelles nécessaires à la connexion :
Numéro de téléphone, adresse e-mail, numéro de sécurité sociale...
Création d'une adresse e-mail personnelle/d'un identifiant
Création de mot de passe : les bonnes pratiques à retenir
Identification des démarches pouvant se faire en ligne :
Les formulaires sur Internet et les principales contraintes à respecter
Documents administratifs (papiers/citoyenneté), aides au logement, énergies, assurance, banque, vie sociale, emploi, allocations, transport...

Les sites et applications : comment les utiliser :
Administratif : CAF, MDPH, impôts, services publics...
Santé : Améli, Doctolib, CPAM/MSA...
Outil : FranceConnect
Formation : CPF

Le guide ressource : construction d'un outil/répertoire personnalisé regroupant ses informations personnelles
Sécurisation d'utilisation et de navigation : Identifier les sources potentielles d'escroqueries : e-mails et sites frauduleux, paiements en ligne, spams, rencontres risquées, téléchargements illégaux, virus.../ Se protéger de l'usurpation d'identité : comprendre l'intérêt de la confidentialité de ses données

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation. Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels
Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC - Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation -
Remise d'une attestation de formation individuelle
MODALITES : avoir des notions de lecture, d'écriture et d'informatique





Les dangers de la maison

INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Sensibiliser les travailleurs handicapés aux dangers domestiques afin de les éviter.

PROGRAMME

Les achats du quotidien et le stockage

Les produits ménagers

Les produits de toilette, de maquillage

Les appareils ménagers

Les ustensiles de bricolage

Les accidents domestiques

Protéger - Alerter

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés par rétroprojection, de travaux dirigés et de mise en pratique des techniques présentées





Prendre sa retraite et préparer l'avenir

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Connaître les conditions de droit à retraite.
Optimiser les représentations du départ en retraite.
Révéler les aptitudes personnelles du futur retraité. Appréhender tous les changements et apprendre à organiser leur nouveau quotidien.
Savoir concevoir un projet (ou des projets) de retraité.
Mieux vivre la fin de sa vie professionnelle et préparer sa retraite

PROGRAMME

La retraite...c'est quoi pour moi ?

Définition du statut de travailleur au statut de retraité. Ce qui va changer / mes craintes / les éléments positifs.

Bien vivre sa retraite : la préparation d'un point de vue :

- ADMINISTRATIF : les conditions requises

- SANTE : préserver ma santé et ma sécurité

La retraite....c'est prendre soin de soi - Entretenir ma santé, le suivi médical - Prévenir les chutes - Adapter mon lieu de vie, hygiène de vie et hygiène alimentaire - Le sport - Entretenir mes capacités. Les systèmes de surveillance qui peuvent exister pour assurer ma sécurité.

La retraite....c'est peut-être une autre structure d'accueil, un autre suivi à domicile.

Les différentes structures et services qui accueillent ou accompagnent des personnes retraitées.

- PROJETS :

La retraite....c'est actualiser un projet de vie.

Être acteur de ma qualité de vie : quelques repères pour élaborer mon futur projet de vie. Réflexions sur les activités passées, les acquis et les activités futures. Utiliser les ressources. Trouver un équilibre entre temps personnel, temps familial, temps social, savoir gérer son temps.

Apprendre à se connaître, à découvrir ses besoins autres que dans le cadre de l'établissement, ses goûts, ses désirs, son environnement. Les amis, la convivialité, les sorties, les loisirs, les différentes activités que je peux mener et comment les mettre en pratique (sportives, culturelles, associatives).

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Pédagogie pratique et concrète. Alternance d'apports théoriques et d'exercices. Echanges à partir des expériences personnelles et professionnelles.

Evaluation et analyse de situations vécues par les participants.



La prévention des accidents domestiques et de la vie courante dans et hors de la maison et dans le cadre du travail



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques
EFFECTIF Groupe de 8 à 10 personnes

OBJECTIFS

Sensibiliser les usagers d'ESAT et d'EA aux dangers domestiques afin de les éviter dans et hors de la maison et dans le cadre de leurs activités professionnels. (EHPAD, Blanchisserie, boulangerie, espaces verts, etc...)

Les personnes qui travaillent dans les EHPAD interviennent directement dans les espaces de vie des personnes âgées (cuisine, chambres, hall, escaliers,...). Il semble donc opportun de les sensibiliser aux accidents domestiques (chutes, intoxication, ...).

Pour Les personnes travaillant en blanchisserie, en boulangerie, en espaces verts, il semble nécessaire de les sensibiliser aux accidents liés aux chutes, aux brûlures, aux produits toxiques, etc...)

A la fin de la formation, les participants devront être capables d'appréhender les différents types d'accidents, de repérer les situations à risque et de mettre en œuvre les moyens nécessaires afin de limiter le risque d'accident.

PROGRAMME

Identifier les risques dans la vie quotidienne

Les différents types d'accidents en fonction de chaque âge (chutes, intoxications, noyades, coupures, électrocutions...)

Les risques dans la maison :

- dans la cuisine (appareils ménagers, produits ménagers : les reconnaître, les stocker...)
- dans la salle de bain (les produits de toilette, de maquillage : les reconnaître, les stocker..)
- dans le salon, salle à manger,
- dans la chambre,
- dans le cellier, le garage... (les outils : les reconnaître, les stocker...)

Les risques hors de la maison :

- le jardin, (les barbecues...)
- la rue, (les voitures...)
- les vacances... (les noyades, les piqûres d'insectes...)

Identifier les risques dans le cadre du travail

Les zones dangereuses et objets à risque

Les techniques de prévention et d'aménagement de l'espace

Le matériel de sécurité

Savoir mettre en place les mesures de prévention adaptées en fonction du risque, de la personne concernée et de son environnement

Savoir expliquer ces mesures à la personne prise en charge pour la faire participer à sa propre protection

Savoir réagir en cas d'accident

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Recueil des attentes des participants - Supports photos/vidéo - Partage et analyse d'expériences -

Évaluation des acquis tout au long de la formation (quizz, études de cas, mise en situation

professionnelle, débriefing) - Évaluation des stagiaires : questionnaire de satisfaction à chaud -

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin

qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels.



Formation aux fonctions électives (CVS, Commissions...)



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



**Formateurs spécialisés dans l'apprentissage de publics en difficultés.
Formateur en communication et relations humaines.**



12 HEURES ou 18 HEURES - 2 ou 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Se situer dans son environnement juridique et appréhender leur fonction élective dans ce cadre.
Comprendre les différentes missions d'un élu et la manière de les réaliser. Définir le rôle et les missions d'une fonction élective. Définir et comprendre les différentes instances représentatives de mon établissement.
Développer ses capacités à recueillir et transmettre les informations dans l'optique de comprendre ce que veut dire porter la parole de l'autre ou représenter l'autre dans une instance représentative. Repérer ses responsabilités par rapport à cette parole.
Apprendre à écouter et prendre la parole dans un groupe, mieux se connaître et s'exprimer. Devenir plus efficace et plus performant, obtenir des résultats concrets par l'acquisition et la maîtrise d'outils et de techniques de communication.
S'entraîner à la participation d'une réunion et d'un groupe.

PROGRAMME

Les grands principes des lois, l'égalité des droits et des chances des personnes handicapées selon trois axes; en particulier : libre choix du projet de vie, participation effective à la vie sociale, place de la personne au centre des dispositifs qui la concerne.
Le fonctionnement de mon établissement, les différentes instances représentatives qui existent
L'animateur, l'élu : son rôle - ses fonctions - ses responsabilités....
Les règles de base de la communication
Recueillir les avis/propositions de mes collègues
Reformuler pour être sûr d'avoir bien compris, synthétiser les différents thèmes, savoir expliquer aux collègues ce que l'on peut rendre compte et ce qui ne dépend pas d'une instance représentative : l'information, la revendication, les problèmes privés.... Comment je peux m'assurer que j'ai bien compris, la reformulation, le feed-back, le questionnement. Les bonnes questions à poser pour avoir des réponses précises.
Repérer les mécanismes à l'origine des malentendus et des conflits pour en favoriser la résolution. La formulation de sa pensée : mise en mots de sa pensée, jeux d'expression.
Préparation de la réunion : les préalables et les pré-requis. La réunion proprement dite : le début de la réunion, l'animation de la réunion, s'exprimer, défendre les intérêts de ses collègues, la fin de la réunion. Les points à traiter, la gestion du temps.
Entraînement à l'utilisation de divers supports. Communiquer à ses collègues les informations et décisions prises.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, d'exercices et de mise en situations professionnelles.
Evaluation par des entraînements à la rédaction du compte-rendu.
MODALITES : avoir des notions de lecture et d'écriture





Instance mixte : nouvelle instance représentative des travailleurs handicapés et professionnels en ESAT

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

La formation proposée vise à :

- Comprendre le rôle de cette nouvelle instance
- Connaitre les thèmes abordés dans cette instance
- Faire le lien avec les autres instances (CVS, délégué des personnes)
- Communiquer, émettre des avis et formuler des propositions

CONTENU

Comprendre les enjeux du Décret n°2022-1561 du 13 décembre 2022 relatif au parcours professionnel et aux droits des travailleurs handicapés :

L'Instance mixte (instaurée par le décret n°2022-1561 du 13/12/22)

Comprendre le rôle et le fonctionnement de cette nouvelle instance :

- Composition
- Mise en place
- Fréquence des réunions

Connaitre les thématiques abordées dans cette instance :

- Qualité de Vie au Travail
- Hygiène et Sécurité
- Evaluation et prévention des risques professionnels

Communiquer sur les différents sujets :

- Emettre des avis
- Formuler des propositions
- Rédiger des comptes -rendus

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC. Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Mieux connaître la personne âgée pour mieux appréhender le travail en EHPAD

INTRA-MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 Heures - 2 Jours



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques
Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Définir le vieillissement et les conséquences dans la vie quotidienne

Identifier les différents dispositifs d'accompagnement

Connaître la maladie d'Alzheimer

Savoir communiquer avec une personne atteinte de troubles démentiels

Comprendre et savoir réagir face aux troubles du comportement et troubles de l'humeur (agitation, agressivité, désinhibition, apathie...)

Repérer et s'adapter aux personnalités difficiles et aux situations conflictuelles

PROGRAMME

Qu'est-ce qu'une personne âgée ? :

Ce qu'il faut entendre par « vieillissement » ?

Vieillir, qu'est-ce que c'est ? Définition/ explication

Vieillir qu'est-ce que ça engendre dans la vie ?

Les principales pathologies liées au grand âge :

Les différentes maladies provoquées par un vieillissement avec leurs signes et symptômes : Maladies des organes sensoriels

Maladies cardiovasculaires Maladies respiratoires Maladies bucco-dentaires Maladies rhumatologiques Maladies neurologiques

La maladie d'Alzheimer :

Comprendre la maladie : Définition et évolution, origine et les facteurs de risque, symptômes et diagnostic. Savoir adapter sa façon de communiquer avec une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer. Savoir être et savoir accompagner face aux différentes réactions des malades. Repérer les situations qui posent problème. Bien réagir face à l'agressivité d'un malade (identifier les facteurs déclencheurs). Savoir adapter son comportement face aux situations

Les différents dispositifs d'accompagnement :

Maintien à domicile. Hôpital de jour. Les établissements accueillants les personnes vieillissantes : foyer, EHPAD...

La vie en établissement :

Les EHPAD : De quoi s'agit-il ? qu'est-ce qu'un EHPAD ? Qui est concerné ?

Le personnel :

L'équipe administrative et technique. L'équipe médicale et soignante. L'équipe d'animation. Les services proposés

Les droits des résidents :

Le contrat de séjour

Le conseil de la vie sociale

La charte des droits des personnes âgées

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

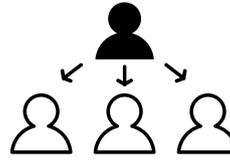
Alternance d'apports théoriques, pratiques et méthodologiques

Support pédagogique remis au stagiaire

Evaluation collective avec tour de table commenté.



Le rôle de délégué des travailleurs en ESAT



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Le Délégué des personnes, représentant des travailleurs en Etablissement et Service d'Aide par le Travail (ESAT), a été instauré par le Décret n°2022-1561 du 13 décembre 2022 relatif au parcours professionnel et aux droits des travailleurs handicapés admis en établissements et services d'aide par le travail (articles R. 243-13-1 et R. 243-13-2 du CASF).

La formation proposée vise à :

Acquérir des connaissances sur les différentes instances : CVS, instance mixte...

Comprendre le rôle et les missions du délégué des personnes et les distinguer de celles du CVS

Développer ses capacités à communiquer et faire circuler les informations auprès des différentes parties direction, travailleurs

CONTENU

Comprendre les enjeux du Décret n°2022-1561 du 13 décembre 2022 relatif au parcours professionnel et aux droits des travailleurs handicapés :

La représentation des usagers auprès de la Direction : le délégué des personnes

L'Instance mixte (instaurée par le décret n°2022-1561 du 13/12/22)

Le CVS

Connaitre le fonctionnement des nouvelles instances :

Les élections

Les heures de délégation

Les interlocuteurs

Assimiler les missions propres au délégué des personnes :

Présenter toutes les réclamations individuelles

Veiller au respect des droits et des devoirs

Aider, conseiller et informer

Promouvoir la santé, la sécurité et l'amélioration des conditions de travail et la Qualité de Vie au Travail

Communiquer efficacement en tant que représentant au sein de l'ESAT :

Expliquer ses missions aux travailleurs de l'ESAT,

Entendre, comprendre les demandes, reformuler,

Réorienter vers l'interlocuteur ou l'instance concernée par la demande,

Préparer ses interventions,

Prendre la parole, argumenter,

Gérer la relation avec les travailleurs et l'encadrement

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC. Evaluation de la

qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle



Apprendre à gérer ses émotions lorsque l'on travaille en EHPAD



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



06 HEURES - 1 JOUR



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'action de formation proposée permettra :

D'Apprendre aux usagers d'ESAT travaillant en EHPAD à ressentir leurs émotions,

D'Apprendre à prendre soin des émotions réveillées en soi face aux personnes endeuillées

De Renforcer sa capacité à réguler son niveau de stress

De Restaurer l'image de soi professionnelle face aux sentiments d'impuissance que la proximité de la mort peut générer

CONTENU

Prise de conscience que chacun est différent et donc comprend et (ré)agit différemment

Ma vision de la mort

Mon vécu des pertes et des séparations

L'accueil de ses émotions

Les complications du deuil

Le langage des émotions

La conscience de ses ressources

Techniques de gestion du stress

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation



Accompagnement vers la vie professionnelle



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



18 HEURES - 3 JOURS



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

- Identifier mon rôle dans l'ESAT / l'Entreprise Adaptée et les postures à adopter
- Avoir une attitude appropriée envers l'entourage professionnel (hiérarchie, collègue, client....)
- Savoir se présenter, et présenter son parcours professionnel
- Reconnaître ses compétences et savoir en parler
- Concevoir un Curriculum Vitae personnalisé

CONTENU

JOUR 1

- Savoir se présenter à l'oral
- Savoir se situer dans un environnement professionnel, repérer les acteurs principaux et les liens avec chacun d'eux (savoir/savoir-faire/savoir-être)
- Savoir présenter son activité tant dans la description technique que dans son organisation
- Repérer ses compétences et les compétences à mobiliser selon le poste occupé / visé

JOUR 2

- Définir et structurer le contenu d'un CV
- Mise en forme du CV papier

JOUR 3

- Savoir se présenter et se préparer à passer un entretien :
 - scénariser son intervention
 - préparer son intervention et passer devant la caméra
 - s'entraîner à un entretien de recrutement

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Le parcours de formation alternera des temps d'apprentissage, de travail individuel en autonomie et de mises en situations

MODALITES : avoir des notions de lecture et d'écriture



Mieux prendre soin de soi pour renforcer son pouvoir d'agir



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

La formation proposée vise à :

Acquérir des notions élémentaires en hygiène

Comprendre les intérêts et les risques liés à l'hygiène

Développer son autonomie face à ses notions

Acquérir les gestes de la toilette quotidienne en employant les produits adéquats

Connaître les bases de l'entretien des vêtements pour les notions d'hygiène, de respect de soi et des autres

Renforcer la confiance et l'estime de soi pour mieux communiquer et renforcer son pouvoir d'agir

CONTENU

Repérer son schéma corporel et mieux comprendre les principes élémentaires :

Mon corps et moi

Notions d'anatomie, physiologie du corps

Les risques liés à une « mauvaise hygiène »

Redéfinir les notions d'hygiène et de soin de soi :

Acquérir une « bonne hygiène » corporelle :

Les étapes de la toilette

Les produits d'hygiène et de beauté

Hygiène vestimentaire :

Comment s'habiller ?

Avoir une tenue adaptée

L'entretien du linge

Renforcer la confiance et l'estime de soi pour renforcer son pouvoir d'agir et de communiquer :

Prise de conscience de ses représentations en la matière

L'affirmation de soi : oser s'affirmer sans agresser

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation. Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels
Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC
Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle



Hygiène de vie et image de soi

j'apprends à me connaître, je mange bien, je prends soin de moi et je me sens mieux et à l'aise avec les autres

INTRA MUROS (devis sur demande)

Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.

18 HEURES - 3 JOURS

A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'action de formation proposées permettra au(x)travailleur(s) en situation de handicap d'ESAT et d'EA d'/de :

Etre capable de comprendre la nécessité d'avoir une bonne hygiène et, si tel n'est pas le cas, les conséquences que cela implique pour soi et pour les autres. Prendre conscience de l'importance de l'hygiène, des soins et de l'esthétique dans le cadre de mon activité professionnelle
Adopter de bonnes pratiques en matière d'hygiène personnelle. Connaître les techniques simples pour une bonne hygiène: acquérir les gestes de la toilette quotidienne en employant les produits adéquats. Travailler et favoriser l'autonomie autour des questions d'hygiène et de présentation corporelles : Acquérir les principes de base dans les domaines des soins esthétiques, du choix et de l'assortiment des vêtements, pour présenter une bonne image externe. Adapter la tenue vestimentaire aux situations et circonstances dans lesquelles nous sommes.
Comprendre les usages et codes vestimentaires : adapter sa tenue à son activité, à son corps... aux consignes de l'ESAT
Comprendre que mon apparence conditionne la manière dont je suis perçu par mon entourage personnel et professionnel. Apprendre « à s'aimer », « à être soigné » pour se sentir mieux et favoriser la relation aux autres. Apprendre à me mettre en valeur et améliorer l'image que j'ai de moi, de mon corps et de mon apparence. Prendre confiance en moi pour mieux me positionner dans ma vie privée et professionnelle
Connaître l'importance d'une bonne alimentation (rôles et intérêts des différentes familles d'aliments). Connaître ses besoins alimentaires pour rester en bonne santé : Acquérir des repères sur les fréquences de consommation des aliments et sur les quantités de consommation conseillées. Se familiariser avec les aliments bons pour notre corps. Actualiser ses connaissances en matière d'alimentation
Établir un menu simple et équilibré. Comprendre l'étiquetage alimentaire pour mieux guider les achats. Connaître les règles d'hygiène dans la préparation des repas

CONTENU

Le contenu de la formation s'articule autour de deux modules « l'hygiène de vie au quotidien : prendre soin de moi et de mon corps » et « Mieux me connaître (pour améliorer mon image) » avec des ateliers de mise en pratique :

Module l'hygiène de vie au quotidien : Hygiène et image de soi : (comment définir l'hygiène/est-il facile de parler d'hygiène ?/lien entre l'hygiène et le bien-être/liens entre l'hygiène et les relations avec les autres

Le corps : pourquoi se laver ?/Pourquoi est-il important d'avoir une bonne hygiène corporelle ?/Quels sont les signes visibles et invisibles d'une bonne ou mauvaise hygiène ?/A quelle fréquence le corps doit être lavé ? Comment se laver ? Fréquence/produits/étapes

Les dents : pourquoi les laver ? : Pourquoi est-il important d'avoir une bonne hygiène dentaire ?/Quels sont les signes visibles et invisibles d'une bonne ou mauvaise hygiène dentaire ? Comment garder les dents en bonne santé : Techniques de brossage/se brosser les dents correctement pour les garder en bonne santé (technique, fréquence, durée, matériel), comprendre le rôle du brossage dans la prévention des caries. Pourquoi se laver les mains ?

Risques de contamination/ prise de conscience du risque de transmission d'agents infectieux par les mains est un enjeu de santé public/Dans quelles circonstances faut-il se laver les mains ? Pourquoi ? Comment se laver les mains ? : les étapes

Les cheveux : pourquoi les laver ? Pourquoi est-il important d'avoir une bonne hygiène des cheveux ? Quels sont les signes visibles et invisibles d'une bonne ou mauvaise hygiène des cheveux ? A quelle fréquence les cheveux doivent-ils être lavés ? Les étapes pour le lavage des cheveux

les repères d'une alimentation saine : connaître les règles de l'équilibre alimentaire/comprendre les liens entre alimentation, hygiène de vie et santé/A quoi servent les aliments ?/Les différents types d'aliments/ La connaissance des groupes d'aliments/Leur cheminement dans le corps/Comment améliorer son alimentation/Les bénéfices d'une bonne alimentation : Savoir préparer des plats simples, bons et équilibrés /Apprendre à faire des choix judicieux : favoriser la variété des menus à faible coût, en fonction des saisons/ Les étiquettes et les règles de sécurité avec les aliments/L'hygiène en cuisine : la préparation et l'organisation lors de la préparation des repas

Module « Mieux me connaître (pour améliorer mon image) et prendre soin de moi et de mon corps » :

Définition de l'image du corps et de l'insatisfaction corporelle : Comment je me perçois ?/ Comment mon image corporelle s'est-elle construite ?/ « Moi, les autres et les mots » : ce que je ressens.../ La « présentation de soi » comme critère de communication : Réflexion autour de la présentation : style vestimentaire, soins de soi./Comment adapter son image en fonction de son environnement (familial, professionnel/Connaissance des produits de beauté /Les bons réflexes pour prendre soin de moi : Soins des mains /Soin du visage /Maquillage beauté léger/Conseil en coiffure (morphologies, coiffage, entretien des cheveux)/Harmoniser sa tenue vestimentaire / Les principales étapes d'un relooking / Adapter sa tenue à l'activité du moment, à son âge/ Coordonner la garde-robe professionnelle avec la garde-robe personnelle

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes.

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels.



Hygiène de vie : du domicile à l'ESAT



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée. Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Cette formation permettra aux participants, en fonction des besoins recensés et de façon adaptée :

- de prendre conscience de l'importance de son image, pour soi et pour les autres (collègues, hiérarchie, clients en ESAT et relations sociales) pour permettre de meilleures interactions
- de prendre conscience de l'importance d'une bonne hygiène au quotidien (corporelle, esthétique et vestimentaire) et son impact sur l'image que l'on renvoie dans notre entourage sociale et professionnel
- de connaître les techniques simples pour une bonne hygiène corporelle et vestimentaire pour se mettre en valeur
- de prendre conscience de l'importance d'une hygiène de vie équilibrée et saine, entre alimentation, repos, sommeil, activité physique et activité de loisirs
- de développer ses compétences pour l'entretien de son logement et de son linge
- de mieux comprendre le fonctionnement de son corps et l'impact de traitements médicamenteux et certaines addictions sur la santé et son image

CONTENU

Pourquoi travailler son image est important pour soi :

Image que l'on a de soi

Image que les autres ont de nous

Importance du look, de l'apparence : image que je renvoie et/ou que j'aimerais renvoyer

Lutter contre les maladies, le rejet des autres (acné, champignons, etc.)

Pourquoi travailler son image est important dans ses relations avec les autres

Apprendre à prendre soin de soi et se valoriser :

Avoir une bonne hygiène, c'est se respecter !

Respecter son corps avec une bonne hygiène corporelle

Apport de conseil pratique et adapté pour prendre soin de son corps et le valoriser (soin, maquillage, coiffure, barbe, etc.)

Une hygiène vestimentaire chez soi pour une meilleure image

Comprendre que l'alimentation agit sur le poids, la peau, les organes, les muscles, etc. et donc notre santé, notre autonomie et notre image.

Faire attention à son hygiène alimentaire en faisant attention à son hygiène domestique (stockage des aliments, précautions de stockage, etc.)

Hygiène de vie :

Le stress, le manque de sommeil, les excitants, etc. agissent sur le corps et l'esprit, et donc sur notre image et notre santé (notion de rythme de vie, d'habitudes de vie, d'addictions, etc.)

Comprendre que le sport, une vie active, les loisirs agissent sur le corps et l'esprit et donc sur notre santé et notre image

Focus sur les traitements médicamenteux et les addictions et leurs impacts sur sa santé et son image (sommeil, qualité de peau, transpiration, poids, comportement, etc.)

L'entretien du logement et son image : impact d'un logement mal entretenu sur ses vêtements, son hygiène corporelle, la réception de relations sociales, etc.

Avoir un suivi médical pour prendre soin de soi, sa santé et son image

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC

Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Avoir les bons gestes et améliorer sa posture quand on travaille sur écran

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT et ou Entreprise Adaptée.

PREREQUIS : être concerné par le travail sur écran

OBJECTIFS

Cette formation vise à prévenir les risques liés à la sédentarité, aux postures prolongées et à l'utilisation répétitive du clavier et de la souris. Elle enseigne les bonnes pratiques pour ajuster la position de l'écran, du siège et du bureau.

La formation proposée vise à :

- Identifier les risques liés au travail sur écran et l'ergonomie du poste de travail
- Appréhender la notion de fatigue physique, musculaire et articulaire
- Aménager son poste de travail de façon optimal afin de pour limiter les risques de TMS
- Maîtriser les bonnes postures
- Améliorer les conditions et la qualité de vie du travail

CONTENU

Les effets et les signes de fatigue liés au travail sur écran

Les pathologies liées au travail assis et sur écran :

Comprendre les troubles musculo-squelettiques et leurs conséquences sur la santé :

Qu'est-ce qu'un trouble musculo-squelettique ?

Quelles sont les parties du corps les plus touchées ?

Comprendre comment fonctionne le corps humain

Quels sont les TMS concernés par votre métier ?

Comprendre les causes des TMS :

Les causes dues à l'organisation; Les causes dues au fonctionnement du corps; Les causes dues à l'environnement de travail

Les causes dues au stress

Trouver des solutions pour éviter les TMS :

L'installation du poste de travail

Les bons mouvements à réaliser et ceux à éviter

Les exercices d'étirement

Le matériel adapté aux besoins de chacun

Le travail sur écran : impact de la lumière sur la fatigue visuelle

Savoir adopter une bonne posture de travail sur écran et plus généralement du travail de bureau

Savoir réaliser un aménagement du poste de travail sur écran : les bonnes postures

Savoir régler la position de l'écran

Savoir assurer le réglage de son fauteuil

Savoir positionner son clavier et de sa souris

Régler le positionnement dans le bureau et l'éclairage de son poste de travail

Mise en place d'un plan de traitement adapté à son organisation : conseils pratiques

Savoir se relaxer pour limiter sa fatigue et les TMS

Entraînement aux gestes corrects et gestes à éviter

Aménager son espace en fonction des possibilités et des risques de TMS

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation. Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'un Quizz réalisé en FALC

Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Se familiariser avec l'ordinateur

- faites vos premiers pas en informatique

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT et ou Entreprise Adaptée

PREREQUIS : avoir des notions de lecture et d'écriture

OBJECTIFS

La formation proposée vise à :

Comprendre les composants de base d'un ordinateur (processeur, mémoire, disque dur, périphériques).

Savoir allumer, éteindre et redémarrer un ordinateur correctement.

Appréhender le système d'exploitation (Windows) et ses principales fonctionnalités.

Maîtriser la manipulation de la souris et du clavier.

Différencier fichier et dossier – Repérer un dossier contenant un fichier

Apprendre à ouvrir, fermer et gérer des fichiers et dossiers.

Développer la confiance dans l'utilisation quotidienne d'un ordinateur.

CONTENU

L'ordinateur, les périphériques et leur fonction

Valider des actions à l'aide de la souris

Découverte du clavier, utiliser les différentes fonctions

Connaître quelques règles typographiques

Mettre en forme les informations

Apprendre à enregistrer

Différencier enregistrer et enregistrer sous

Ouvrir et enregistrer un fichier dans une arborescence

Se repérer dans une arborescence simple

Créer un dossier et un sous dossier

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices sur ordinateur

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'une mise en situation sur ordinateur.

Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Se familiariser avec l'ordinateur

- je découvre le logiciel de traitement de texte Word

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 6 personnes

OBJECTIFS

- Découverte de Word
- Produire, créer, modifier et exploiter un document à l'aide de Word
- Agrémenter ses documents avec des images
- Agrémenter ses documents avec des tableaux

PROGRAMME

- Ouvrir un document, le consulter et l'imprimer
- Sélectionner un caractère, un mot, une phrase ...
- Identifier les icônes de la barre d'outils de Word
- Utiliser le couper/coller et copier/coller
- Appliquer une mise en forme en utilisant les outils
- Les différentes techniques pour insérer des images
- Utiliser la barre d'outils image pour la mise en forme
- Utilisation des images, le cadre légal
- Créer un tableau, le compléter
- Insérer ou effacer lignes et colonnes, harmoniser un tableau

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Pédagogie participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation réelle sur ordinateurs.

Modalités : avoir suivi le niveau 1



Se familiariser avec l'ordinateur

- je découvre le logiciel Excel pour faire des tableaux



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT et ou Entreprise Adaptée.

PREREQUIS : avoir des notions de lecture et d'écriture

OBJECTIFS

La formation proposée vise à :

Comprendre l'environnement Excel. Maîtriser la saisie et la gestion des données. Utiliser les principales fonctionnalités pour analyser des données. Créer des tableaux simples et des graphiques

CONTENU

Présentation d'Excel

Qu'est-ce qu'Excel ? Utilisations courantes

Interface utilisateur : ruban, barre de formule, onglets, feuilles, cellules

Navigation et gestion de classeur

Ouvrir, enregistrer, sauvegarder

Déplacement dans une feuille et entre feuilles

Ajout, suppression, déplacement de feuilles

La saisie de données

Types de données : texte, nombres, dates

Saisie, édition, suppression

Formats de cellules : style, alignement, police, couleur

Opérations de base

Copier, couper, coller

Remplissage automatique

Utiliser la poignée de recopie

Formules et fonctions de base

Introduction aux formules : utilisation du symbole "="

Opérations arithmétiques simples : +, -, *, /

Fonctions (somme, moyenne, etc...)

Mise en page et impression

Ajuster la mise en page

Insérer des entêtes et pieds de page

Aperçu avant impression

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices sur ordinateur

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels

Evaluation des acquis en fin de formation par le biais d'une mise en situation sur ordinateur.

Evaluation de la qualité de l'action de formation par le biais d'un questionnaire d'évaluation de la formation

Remise d'une attestation de formation individuelle





Initiation à INTERNET

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**
 **Professionnels et formateurs**

 **18 HEURES - 3 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 6 personnes

OBJECTIFS

Comprendre la base du fonctionnement d'internet et son utilité
Prendre en main le navigateur
Chercher des informations, quoi, où, comment, pourquoi ?
Savoir utiliser un moteur de recherches
Attitude citoyenne et internet

PROGRAMME

Fonctionnement de base d'internet
Le navigateur, la fenêtre principale
Le navigateur, la barre d'outils
L'adresse d'un site internet
Atteindre un site et naviguer
Définir avec précision ce que l'on recherche
Découverte d'un moteur de recherches
Faire des recherches, optimiser les résultats
Vérifier les informations trouvées
Internet : les interdits (téléchargement pirate, ...)

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Pédagogie participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation réelle sur ordinateurs.
Modalités : être lecteur et avoir suivi ou maîtriser le module Initiation à l'informatique niveau 1





Initiation à la messagerie électronique

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Professionnels et formateurs**

 **18 HEURES - 3 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 6 personne

OBJECTIFS

Utilisation des fonctions de base d'un logiciel de courrier électronique
Maîtriser les adresses électroniques pour éviter les confusions
Recevoir un fichier en pièce jointe
Choisir le moyen de communication le plus approprié
Savoir envoyer à un courriel avec une pièce jointe

PROGRAMME

Les outils d'un logiciel de messagerie électronique
Ecrire, envoyer, transférer, répondre à un courrier
Transférer un courrier vers un autre destinataire
Consulter le carnet d'adresses
Comparaison du courrier traditionnel et du courriel
Repérer les origines des courriels reçus
Faire la différence entre nom et adresse électronique
Reconnaître, ouvrir, enregistrer, ouvrir une pièce jointe

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Pédagogie participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation réelle sur ordinateurs.

Modalités : être lecteur et avoir suivi ou maîtriser le module Initiation à l'informatique niveau 1



L'usage des réseaux sociaux et d'Internet



 **INTRA MUROS (Devis sur demande)**



Philippe HALLEZ Responsable des formations en informatique à La Vie Active.



12 Heures - 2 Jours



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Cette formation doit permettre aux participants:

De comprendre et d'utiliser les ressources disponibles d'Internet et Internet mobile (Navigations, moteurs de recherche, la création et utilisation d'une messagerie électronique, les forums, les chats, les blogs...).

De comprendre les avantages du net dans la vie quotidienne pour favoriser l'autonomie, de choisir les sites en fonction de leurs applications et de ses besoins. Utiliser les ressources d'Internet au quotidien pour faciliter les démarches de la vie quotidienne et faciliter ces recherches en toute sécurité.

D'envoyer et recevoir tout type de message et mieux utiliser sa messagerie électronique.

De les responsabiliser sur l'utilisation d'internet en respectant la loi, les interdits.

D'utiliser Internet et les réseaux sociaux à bon escient et d'en comprendre les limites : achats en ligne, hameçonnage, cybercriminalité, conduites à risques, repli sur soi, addiction, jeux en ligne, publication des données personnelles ou des données d'autres personnes (coordonnées bancaires, photos, coordonnées postales...), répercussions dans la « vraie » vie...

De connaître les risques liés au Web et aux réseaux sociaux : escroqueries, paiements en ligne, spams, rencontres risquées, téléchargements illégaux, virus...

De savoir agir en cas de problème : les recours possibles, les interlocuteurs à contacter...

PROGRAMME

Qu'est-ce qu'Internet et comment ça marche ?

Présentation de l'Internet et de l'Internet mobile.

Comment accède-t-on à Internet, quel matériel, quelles offres, connexions Wifi, Hotspots...

Le matériel, les logiciels, les fournisseurs d'accès, les services et les tarifs

Les outils de recherche

Créer et utiliser efficacement sa messagerie

Le téléchargement et les achats en ligne

Réseaux sociaux, dialogue Chat, jeux en lignes, dangers et pièges à éviter.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

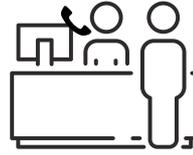
Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants ,

Evaluation par des mises en situations réelles sur ordinateur.

Modalités : avoir des notions d'informatique



La fonction accueil physique et téléphonique en ESAT



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Professionnels et formateurs**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, le participant sera capable :

De maîtriser les outils et l'environnement professionnel permettant un accueil physique et / ou téléphone efficace.

D'appliquer une méthode, des outils mnémotechniques dans la gestion des appels téléphoniques et dans la transmission de l'information.

D'adopter une posture professionnelle pour établir une bonne relation et donner une image positive de l'établissement : se présenter, faire patienter, transférer un appel, prendre un message.

INTENTIONS POURSUIVIES

Faire prendre conscience aux participants que les méthodes utilisées lors d'un accueil permettent d'éviter toute source d'erreur, de stress, d'incompréhension et de malentendu. Un accueil s'organise et s'optimise dans le but d'instaurer un climat convivial.

PROGRAMME

Accueillir, c'est quoi ?

Les principes de base de la communication

Le public accueilli en ESAT.

L'accueil physique :

Organisation matérielle et environnement favorable.

La posture professionnelle à adopter pour établir une bonne relation et donner une image positive de l'établissement : être courtois et souriant, se présenter, écouter, faire patienter, orienter,...

L'accueil téléphonique :

Organisation matérielle et méthodologie à appliquer dans la gestion des appels téléphoniques. Les supports écrits mnémotechniques à utiliser, les pictogrammes.

Posture professionnelle à adopter : savoir se présenter, donner une image positive de l'établissement, transférer une communication et / ou prendre un message en fonction des consignes à respecter).

Le répondeur

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

L'approche individuelle qui prendra en compte le niveau de chacun - la méthode participative dans la phase de l'analyse des situations d'accueil - la méthode démonstrative dans les phases d'explication et de synthèse - Evaluation par des phases d'exercices et de mises en situation de pratique courante et mise en commun des pratiques de chacun.

Modalités : avoir des notions de lecture et d'écriture



Agent d'accueil : rôle et fonctions



INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



18 HEURES - 3 JOURS



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

L'action de formation proposées permettra au(x)travailleur(s) en situation de handicap d'ESAT et d'EA de :

Donner aux participants les techniques et attitudes nécessaires pour développer un accueil physique et/ou téléphonique de qualité et leur permettre d'effectuer des tâches de base sur un poste informatique.

CONTENU

La communication téléphonique : le langage verbal, le débit - rythme - intonation - volume, le vocabulaire, les expressions propres à la communication téléphonique.

L'accueil téléphonique : la réception téléphonique, transmettre une bonne image virtuelle, transférer un appel, prendre un message, mettre en attente, gérer les doubles appels.

Traiter les demandes : accueil et identification, identifier le service attendu par l'interlocuteur, écouter la demande, reformuler les attentes, proposer une solution.

Maîtriser les situations fragiles : la sécurité et l'estime en tant que besoins fondamentaux, la typologie des interlocuteurs, l'écoute active et passive (écoute professionnelle), les fondamentaux de l'argumentation, l'objection (y répondre), mieux contrôler ses émotions.

Utiliser l'outil informatique dans une fonction d'accueil : classement, enregistrement, suivi

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation réelles sur ordinateurs pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes.

Modalités : avoir des notions de lecture et d'écriture

Les supports écrits en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) seront remis aux participants afin qu'il puisse les mobiliser à volonté et se remémorer les points essentiels.





Apprentissage de la tenue de caisse et la relation clients

INTRA-MUROS (Devis sur demande)



Patricia CANESSON -Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



18 heures - 3 Jours



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Préparer les usagers d'ESAT à s'adapter à toutes les situations et leur permettre de maîtriser les principales techniques de leur fonction :

Communiquer de manière professionnelle :

- adopter des comportements d'accueil qui permettent de satisfaire le client
- prendre conscience de l'impact de l'accueil (favoriser et entretenir une relation agréable avec la clientèle)
- communiquer efficacement en fonction des situations
- gérer les situations difficiles (le client impatient, contestation du montant, désaccord...)

Gestion de la caisse :

- maîtriser le maniement de la caisse
- savoir gérer sa caisse de manière autonome
- savoir additionner et soustraire mentalement et rapidement
- savoir utiliser une calculatrice
- le rendu de monnaie

PROGRAMME

Communiquer de manière professionnelle :

L'accueil d'un client. Les étapes de l'accueil. La prise en compte du client. L'accueil par le sourire et le regard. Les phrases clés de l'accueil. La prise de congé. Le comportement non verbal. Les bonnes attitudes corporelles. La gestion de ses émotions

La gestion des situations difficiles. Savoir gérer un client difficile

Les devoirs de l'hôtesse de caisse et du client

La découverte des causes d'un conflit

Le désamorçage des tensions

Le maintien de sa position sans agressivité : maîtrise du langage et des attitudes

Le traitement des objections et la reprise du dialogue

Gérer son image :

Mettre en valeur ses qualités physiques

La tenue vestimentaire

Le langage approprié et le vocabulaire conventionnel

Gestion de la caisse :

La gestion de la caisse (Préparation à prévoir en amont)

L'organisation de son espace de travail

Apprendre à utiliser l'Euro :

Apprendre à compter une somme en euros

Compter les centimes d'euros/Convertir des centimes en euros

Donner la somme juste/Rendre la monnaie

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques et jeux de rôle.

Modalités : avoir des bases de calcul



Formation Chantier 5 S



Optimiser son poste de travail

INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Certifié PRAP 2S - Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis-à-vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



12 HEURES - 2 JOURS
(1 jour + 1 à 1 mois d'intervalle)



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Intégrer les fondamentaux de la démarche 5S avant, en cours et après la réalisation d'une tâche.
Participer à l'amélioration continue de la réalisation de son travail par la mise en place d'un chantier 5S
Transférer et observer en situation l'effet relatif à chacun des « S »

CONTENU

Définition et interprétation des 5 S :

Les effets attendus de chacun des 5 S :

Organisation du poste de travail et de son environnement d'après les 5 S

Optimisation des gestes et règles de travail.

Evaluer systématiquement le poste de travail avant le démarrage d'une session de travail (en début de journée et après la pause déjeuner).

Mise en situation :

Observer une situation de travail et mettre en évidence ce qui peut aider ou gêner la réalisation de la tâche définie.

Evaluer la performance de son poste de travail ou de l'atelier.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés par rétroprojection, de travaux dirigés et de mise en situation d'exercices pratiques de la Méthode 5 S. Evaluation par des mises en situation.





Gestion du porte monnaie

INTRA MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY - Formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 10 personnes maximum

CONTEXTE / OBJECTIFS

Cette formation s'adresse à des personnes rencontrant des difficultés dans l'utilisation de la monnaie, dans leur vie quotidienne et-ou dans le cadre de leur vie professionnelle. Il s'agira pour l'essentiel d'acquérir les techniques de vérification et de préparation de monnaie lors des achats.

- Compter une somme
- Rendre la monnaie
- Payer

CONTENU

Les pièces et les billets, valeurs et équivalences
Compter une somme
Payer en espèces : préparer sa monnaie, faire l'appoint
Rendre la monnaie, vérifier sa monnaie

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et pratiques

Evaluation par des exercices pratiques au fil de la formation : supports écrits, jeux de rôles, mise en situation





Ergonomie à son poste de travail

INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur spécialisé dans l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Certifié PRAP 2S, Auditeur conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis-à-vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

- Connaître les conséquences d'une mauvaise posture lors d'une manœuvre de manutention.
- S'approprier les bons gestes
- Organiser son poste de travail afin de réduire les gestes inutiles

CONTENU

Sensibilisation à l'anatomie :

- la colonne vertébrale et son fonctionnement.
- explication des différents maux : dorsalgies et troubles musculo-squelettiques.
- les contraintes posturales associées à un travail statique

Applications gestuelles manuelles :

- le bon geste / le mauvais geste.
- se positionner pour lever une charge.
- attitudes limitant les efforts au niveau du dos.
- sécurité des mains lors des prises.
- orientation, mobilité des pieds / action des jambes.
- direction de la poussée de la charge / position du dos.
- notions de gymnastique et repos du dos / gymnastique et repos du cou.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés de séquences vidéo et de mise en situations pratiques au sein de l'atelier.

Evaluation par des mises en situation



Manutention et stockage



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Professionnels et formateurs**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

S'approprier l'environnement des zones de stockage
Opérer en toute sécurité lors des placements de marchandises

PROGRAMME

Le magasin

- Différentes méthodes de rangement
- Organisation et gestion de stocks
- L'inventaire
- Les déplacements
- La sécurité

Les moyens de manutention

- Les chariots
- Les transpalettes manuels, électriques
- Les gerbeurs
- Les chariots élévateurs (gaz, électrique...)
- Autres matériels

Le chargement des véhicules

- Différents engins de manutention et de transport
- Les quais
- Les hayons

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnaliserons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.





Prévention des TMS

- Optimisation des gestes et postures au travail

PRAP : Prévention des Risques liés à une Activité Physique

INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur Certifié PRAP 2S, spécialisé dans l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Auditeur conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis à vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Savoir organiser son poste de travail en fonction de la tâche à réaliser
Réduire les manipulations inefficaces afin d'optimiser les efforts et limiter le risque de TMS

CONTENU

Sensibilisation à l'anatomie, explication des différents maux, dorsalgies et troubles musculo-squelettiques.

Analyse des risques musculo-squelettiques, identification des gestes répétés.

Identification des sollicitations susceptibles de favoriser un TMS

Pistes de solutions pour améliorer le geste et réduire le risque de TMS

Organisation du poste de travail :

La prise en main des éléments à travailler

Le placement sur son poste de travail des éléments à assembler (étiquettes, cosses) et des outils requis (pince à sertir, pince coupante, colle)

L'aménagement destiné à recevoir la matière produite

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés de séquences vidéo et de mise en situations pratiques au sein de l'atelier.
Evaluation par des mises en situation.



Gestes et postures adaptés à la manutention et stockage



INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Certifié PRAP 2S - Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis-à-vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes.

OBJECTIFS

Connaître les bons gestes et les conséquences d'une mauvaise posture lors d'une manœuvre de manutention.
Agir en toute sécurité lors des placements de marchandises
Repérer les zones de stockage et de circulation

PROGRAMME

Consignes d'hygiène et de sécurité, règles de stockage.

Sensibilisation à l'anatomie :

Explication des dorsalgies et troubles musculo-squelettiques.

Applications gestuelles manuelles :

Le bon geste / Le mauvais geste / Sécurité des mains lors des prises.

Attitudes limitant les efforts au niveau du dos.

Gymnastique et repos du dos / gymnastique et repos du cou.

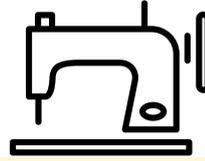
Sécurité lors du déplacement de palettes au moyen d'un transpalette :

- la prise en main du transpalette.
- les différentes positions du timon.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés de séquences vidéo et de mise en situations pratiques au sein de l'atelier.
Evaluation par des mises en situation.





Initiation COUTURE

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Aurélie PIRES - Monitrice d'Atelier Couture. Bac Pro Vêtements accessoires mode, couture. Formatrice.



24 HEURES - 4 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Effectif Groupe : 6/8 personnes

OBJECTIFS

Intervenir sur des pièces de tissu ayant besoin d'être raccommodées
Utiliser les méthodes de couture à la main et à la machine
Réaliser des travaux en autonomie, à titre professionnel

PROGRAMME

GENERALITES

Les réalisations
Le matériel
La sécurité

LA MACHINE A COUDRE

LES DIFFERENTS ELEMENTS

Mise en marche, contrôle des éléments, prise en mains
Utilisation de la pédale
Piqûre sur papier sans fil avec et sans traçage
Enfilage de la machine
Piqûre sur tissu avec fil avec et sans traçage

LA COUTURE

Les ourlets à la main et à la machine
Poser une pièce de tissu
Poser une fermeture éclair à la piqueuse
Assemblage de pièces de tissu
Apprendre différents types de couture
Surpiqûre

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Elle sera participative, interactive, très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'exercices, d'échanges d'expériences entre les participants et de mises en situation réelle sur poste de travail.

Modalités : avoir une bonne vue, de la dextérité et aimer le travail minutieux



Raccommodage



Textile

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Aurélie PIRES - Formatrice en couture, raccommodage, BTS Couture (monteuse prototype), Monitrice d'Atelier en Etablissement,



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Intervenir sur des pièces de tissus ayant besoin d'être raccommodées
- Utiliser les méthodes de couture à la main et à la machine
- Réaliser des travaux en autonomie, à titre professionnel ou personnel

EFFECTIF
Groupe de 8 personnes

PROGRAMME

- Généralités sur
- Le métier, les réalisations
 - Les types de matériel
 - La sécurité

- La couture
- Les ourlets à la main et à la machine
 - Pose de ruflette à la piqueuse
 - Pose d'une fermeture à glissière à la piqueuse

- La machine à coudre
- Les différents éléments
 - Mise en marche, contrôle des éléments, prise en mains
 - Utilisation de la pédale
 - Enfilage de la piqueuse
 - Piqûre sur papier sans fil, avec et sans traçage
 - Piqûre sur tissu avec fil, avec et sans traçage
 - Assemblage pièces de tissu, avec différents types de couture
 - Surpiqûre

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les participants appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.

Modalités : avoir une bonne vue, de la dextérité et aimer le travail minutieux





Le repassage

INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur Auditeur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage, la méthode RABC en blanchisserie.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Etre autonome à un poste de repassage

PROGRAMME

La table et le fer, mise en œuvre et ergonomie

Organisation et tri du linge à repasser

Le conditionnement du linge repassé

La calandre, mise en œuvre

Organisation du travail à la calandre

Engagement du linge

Mise en pratique :

- Sur le linge en forme
- Sur les pièces plates

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les participants appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.

Modalités : résistance à la station debout prolongée



Entretien du linge, travailler en blanchisserie



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Vincent THERY - Formateur Auditeur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage, la méthode RABC en blanchisserie.



18 HEURES -3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

GROUPE de 8 personnes

OBJECTIFS

- Respecter les bonnes pratiques d'hygiène et de sécurité en blanchisserie
- Assurer le traitement du linge en intégrant les principes de la démarche RABC
- Organiser les différentes phases du travail en limitant la fatigue et les gestes inutiles

PROGRAMME

Connaissance du monde microbien.

Présentation de la méthode RABC

Règles d'hygiène - La tenue - Le lavage des mains...

Précautions lors des manipulations

L'organisation des flux au sein de la blanchisserie

Le tri du linge

Le lavage

Le séchage du linge

Le repassage et la remise en forme du linge

Conditionnement des lots de linge propre.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique active avec une alternance d'apports théoriques, de mises en situations pratiques.





Entretien et hygiène des locaux

INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY -Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis à vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Connaître et appliquer les consignes de sécurité dans le cadre de travaux d'entretien des locaux.
Connaître les produits d'entretien, leur mode d'action, les pictogrammes symboles de danger.
Organiser son travail, utiliser le matériel de façon rationnelle

PROGRAMME

Les consignes d'hygiène et de sécurité

Les produits d'entretien : mode d'action et précautions d'emploi

La tenue et l'hygiène - Le lavage des mains : Quand ? Comment ?

Les techniques de dépoussiérage et de lavage des sols

Nettoyage et désinfection des surfaces -Matériel nécessaire, maniement

La composition du chariot de nettoyage

Fiches techniques :

Entretien des vitres

Entretien d'une porte

Entretien d'éléments mobiliers - Entretien journalier d'un bureau

Entretien d'un ensemble sanitaire

Entretien d'un espace restaurant

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés, de travaux dirigés et de mise en pratique des techniques présentées.



Entretenir ma maison, mon appartement, mon lieu de vie



INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY -Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis à vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Sensibiliser les participants à la tenue de leur lieu de résidence afin de garantir un lieu de vie sain et confortable.
Etablir une planification des différentes opérations de nettoyage à réaliser.

PROGRAMME

Sensibilisation à l'hygiène et à la sécurité :

- Les microbes, les parasites et autres acariens et les désagréments qu'ils peuvent causer.
- Les produits ménagers, leur utilisation, les précautions d'utilisation et de stockage.

Organisation du nettoyage et périodicité

- L'entretien de la cuisine et de ses équipements (four, réfrigérateur) ;
- L'entretien des équipements sanitaires (W.C., lavabo...);
- L'entretien de la salle de bains ;
- L'entretien du séjour ;
- L'entretien de la chambre (aération, change des draps...);

L'entretien du linge :

- Les programmes de lavage et les critères de tri

Le séchage du linge

- Quelles pièces peuvent être séchées en sèche linge ?

Le repassage et la remise en forme du linge

- Symboles, pictogrammes – Interprétation

- Précautions lors du repassage - Règles de sécurité...

Remarque : Chacun des points cités ci-dessus sont présentés sous forme de fiches d'organisation rappelant tout ce qui est nécessaire à l'entretien, de la chronologie à la périodicité de certains travaux.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques.

Evaluation par des mises en situation.



Hygiène alimentaire et cuisine pratique



INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY -Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis à vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 6 personnes

OBJECTIFS

Savoir constituer un menu équilibré / jour / semaine.

Prévenir les risques d'intoxication alimentaire par une bonne conservation.

La sécurité en cuisine, prévenir les accidents domestiques : coupures, électrocutions, intoxication.

PROGRAMME

L'équilibre alimentaire sur une journée.

éviter les excès, menu adapté au diabète, au cholestérol, à l'hypertension, que faut-il manger ? Pourquoi ?

- Les groupes d'aliments, leurs composants, leurs apports.
- Rédaction de menus équilibrés

Cuisine pratique :

Les principaux risques d'accidents : brûlures, coupures, électrocution, intoxication par produits chimiques.

- Règles de conservation des aliments dans un réfrigérateur/congélateur.
- Les durées limites de conservation lecture d'étiquettes.
- Les signes d'intoxications alimentaires, comment les éviter ?

La sécurité et l'hygiène en cuisine :

- La tenue, le lavage des mains, l'organisation du travail
- Méthodes d'épluchage, taillage des légumes et fruits.
- Les modes et les appareils de cuisson : eau, grillade, etc... ; cuisinière, four (gaz-électricité).
- Les recettes simples de présentation : crudités ; fruits, pâtisserie, crèmes, sauces.

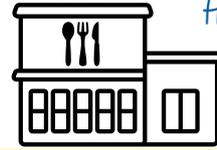
MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques de préparation d'un repas équilibré.

Evaluation par des mises en situation.



Les bonnes pratiques d'hygiène en restauration collective



INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Certifié PRAP 2S, Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis-à-vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux.



12 HEURES -2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Savoir organiser son travail dans le respect de l'hygiène et des bonnes pratiques réglementaires et sécuritaires.
Savoir suivre un plan de nettoyage.

PROGRAMME

SENSIBILISATION A L'HYGIENE EN RESTAURATION COLLECTIVE

Altération des aliments, risques d'intoxications...

Les principes de la liaison chaude et de la liaison froide

L'hygiène de la tenue réglementaire et des mains

La santé des personnes

L'hygiène aux postes de légumerie et plonge :

-La procédure de décontamination des légumes

-Gestion des flux en plonge - lavage - égouttage - séchage

Le poste de déboitage dessouvidage :

-La procédure d'ouverture des conserves et des denrées sous-vide.

Hygiène au poste de travail :

-Nettoyage - désinfection des plans de travail et du matériel

-Quand ? Comment ? Produits et matériel nécessaires

Sécurité aux postes de travail :

-Les principes d'ergonomie et de manutention

-La circulation des personnes

L'hygiène des locaux : protocole d'entretien, matériel, produits nécessaires

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés, de vidéos et d'échanges sur les bonnes pratiques d'hygiène professionnelle.

Le formateur réalise une observation d'une demi-journée des participants en situation de travail, ce laps de temps destiné à l'évaluation est à définir avec les cuisini(ères) encadrant les participants

Moyens pédagogiques : Remise d'un livret regroupant des fiches d'organisation du travail par secteur

Alternance d'exposés, de projection vidéo et d'échanges sur les différents points.

Modalités : exercer une activité dans le domaine alimentaire, dans une cuisine collective ou un office.





Le tri selectif

INTRA MUROS (devis sur demande)



Corinne CAPY, formatrice spécialisée en didactique, méthodologie d'apprentissage, de tutorat et accompagnement de publics en difficultés - 20 ans d'expérience en formation d'adultes et auprès de publics ESAT/EA.



06 HEURES - 1 JOUR



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : groupe de 8 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS

Comprendre et apprendre le tri sélectif, en appliquer les principes

Comprendre et appréhender l'éco-consommation

Développer une attitude responsable face aux enjeux du développement durable

PROGRAMME

Le développement durable : définition, enjeux, législation

Le tri sélectif : définition, tri des déchets professionnels, ménagers

Le recyclage des déchets (définition, déchets usuels inertes, non usuels inertes)

Acheter mieux pour consommer mieux (éco consommation, éco-produit, cycle de vie d'un produit)

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode interactive basée sur l'alternance d'apports théoriques et d'éléments pratiques via des supports écrits

Evaluation par des mises en situation.

Quizz final



Sécurité routière : se déplacer en 2 roues (vélo-cyclo-trottinette)

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Vincent THERY -Formateur Animateur Sécurité Routière pour déficients mentaux.



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

GROUPE de 8 personnes maximum avec un accompagnant.

OBJECTIFS

Identifier les panneaux de signalisation routière spécifiques aux 2 roues.

Savoir reconnaître les dangers et adapter sa conduite à la circulation.

Evaluer la connaissance et l'interprétation des panneaux de signalisation routière.

PROGRAMME

Les panneaux de signalisation :

- Analyse et interprétation des différentes catégories de panneaux
- Les panneaux spécifiques aux 2 roues.

Les règles de circulation

Les intersections :

- Changer de direction

La signalisation au sol :

- Se positionner sur la chaussée

Les équipements obligatoires réglementaires sur le vélo / sur le cyclomoteur

Pour le conducteur cycliste / ou cyclomotoriste

Exercices de conduite à allure lente, normale, de freinage

Tests de connaissance théorique et de maîtrise du véhicule

Exercices sur plateau (ou parking de l'établissement)

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et de mises en situations pratiques. Evaluation par code de la route adapté.

Modalités : savoir faire du vélo





Sécurité routière : le piéton et le code de la route

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Vincent THERY -Formateur Animateur Sécurité Routière pour déficients mentaux.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

GROUPE de 8 personnes maximum avec un accompagnant

OBJECTIFS

Savoir reconnaître les dangers et adapter son comportement

Pouvoir circuler à pieds et traverser une voie de circulation en respectant le code de la route et les règles de sécurité

Evaluer les acquis en matière de sécurité des déplacements à pieds

PROGRAMME

Les panneaux de signalisation spécifiques au piéton.

La circulation des piétons :

- Où marcher ? Comment traverser ?
- à la campagne, en ville, à une intersection, autour d'un giratoire
- seul, en groupe...
- les dangers cachés

Règles élémentaires de premiers secours :

- se protéger, protéger, alerter les secours, porter secours

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'exposés théoriques et de mises en situations pratiques.

Evaluation par code de la route adapté.





Autonomie dans les transports

INTRA MUROS (devis sur demande)



Patricia CANESSON - Formatrice spécialisée auprès de publics en difficultés ou personnes en situation de handicap avec expérience de plus de 20 ans de formation d'adultes.



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF : 10 personnes

OBJECTIFS

- Acquérir les bases pour se véhiculer par ses propres moyens ou en empruntant les transports en commun,
- Favoriser l'insertion sociale en permettant à la personne en situation de handicap, d'être plus autonome dans les transports en commun.

PROGRAMME

Prévention des risques de circulation en ville

Le code de la route

- Apprendre à se diriger et à se repérer

Les différents moyens de transport

- Le train, le bus, le R.E.R, le métro (horaires, gares, réseaux)

- Dans une station de bus : lire un plan, reconnaître son bus

- Dans une station de métro : guichets, plan, sorties, correspondances...

- Dans une gare : informations, plans, quais...

- A l'intérieur d'un bus, d'une rame, d'un train : composer son billet, reconnaître sa station, demander l'arrêt (pour les bus)

Se repérer en ville : apprendre à lire un plan, à trouver une adresse

Définir son itinéraire.

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance de séquences théoriques et d'exercices pratiques (utilisation de plans, mais aussi de diaporama pour préparer des trajets..)



Sécurité liée à l'utilisation de substances chimiques



INTRA MUROS (devis sur demande)



Vincent THERY - Formateur spécialisé dans l'hygiène des locaux, l'hygiène et la sécurité alimentaire, la manutention et le stockage. Certifié PRAP 2S, Auditeur-conseil de différents professionnels institutionnels dans leurs pratiques vis-à-vis des exigences réglementaires notamment en restauration collective et en entretien des locaux. Animateur Sécurité Routière pour déficients mentaux



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Permettre aux participants d'identifier et d'analyser les risques et les dangers lors du stockage, de la manipulation et de l'utilisation des produits chimiques.

Assurer sa propre sécurité, se protéger par le respect du port des Equipements de Protection individuelle

Intégrer les notions de protection et prévention

Assurer la sécurité collective, vérifier que les collègues sont en sécurité avant toute action

CONTENU

IDENTIFICATION DES RISQUES

Repérer un agent chimique dangereux

Interpréter les étiquetages, fiches technique et fiches de données de sécurité (FDS)

LES PRECAUTIONS A PRENDRE

Les règles de sécurité lors des manipulations (EPI,

Les règles de stockage, organisation, gestion, de l'espace et des conditions de stockage

Les risques liés à l'utilisation des produits, dosage, transvasement, mise en œuvre, nettoyage du matériel utilisé et en contact avec les produits

Les risques liés à la gestion des entames

Les risques pour l'environnement, liés au rejet des excédents, fonds de produit, emballages

Les risques pour les collègues et l'environnement de travail

Attitude en cas d'accident de travail :

qui solliciter ?

comment réagir ?

premiers secours

CAS PRATIQUE

Observation des circuits des produits, depuis la zone de stockage, le transport, l'ouverture, le prélèvement, et la mise en œuvre le dosage

Repérage des risques liés à la particularité des situations observées

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, pratiques et méthodologiques, supports de cours de formation écrits adaptés et visuels, prise en compte de l'expérience de chaque stagiaire.

Visite d'observation des ateliers de l'ESAT





Initiation à l'utilisation d'un transpalette manuel

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Xavier LOIR B- Formateur, chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)



1 JOUR - 6 HEURES



A DÉTERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.

Pas de prérequis spécifiques

OBJECTIFS

Utiliser en toute sécurité un transpalette manuel à conducteur accompagnant

Réaliser les opérations de chargement et déchargement

CONTENU

La réglementation et son contexte

Droit, devoirs et règles de comportement de l'opérateur

Les statistiques et l'accidentologie

Risques et dangers résiduels

Description du transpalette manuel

Le fonctionnement et le rôle des différents organes

Contrôle et opérations avant la mise en service

Règles de sécurité lors de la manipulation des charges

Circulation sur des passerelles de chargement

Conduite à vide et en charge avec parcours de différents obstacles

Stationnement en toute sécurité du chariot de manutention

Informations générales pour l'entretien

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, pratique et méthodologies, supports de cours de formation écrits adaptés et visuels, prise en compte d l'expérience de chaque stagiaire et mise en situation.

Tour de table, bilan et remise d'une attestation de suivi de formation.





Initiation à l'utilisation d'un gerbeur électrique

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur, chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 6 à 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Circuler et travailler en sécurité avec un transpalette électrique et/ou gerbeur à conducteur accompagnant.
Appliquer les règles de sécurité dans la prise en main et la conduite du matériel.
Réaliser les opérations de chargement et de déchargement.
Rendre compte des anomalies et difficultés rencontrées dans l'exercice de la conduite du chariot.

PROGRAMME

THEORIE

La réglementation
L'utilisation d'un chariot automoteur à conducteur accompagnant
Caractéristiques, classification et éléments constitutifs
Dispositifs de sécurité, la plaque de charge ...
Choix d'un chariot en fonction de l'espace d'évolution
Vérifications avant la mise ou la remise en service et vérifications périodiques
Les principes de la conduite en sécurité
L'analyse des risques et les règles d'utilisation
Les équipements de protection individuelle.

PRATIQUE

Vérification du matériel
Prise de poste et position de conduite
Evolution à vide en marche avant et arrière
Prise et dépose de charge, circulation en charge
Circulation sur différents types de sols
Circulation avec encombrement de la zone d'évolution

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, pratique et méthodologiques, supports de cours de formation écrits adaptés et visuels, prise en compte de l'expérience de chaque stagiaire et mise en situation.





Initiation à l'utilisation d'une débroussailleuse et d'une tondeuse

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques
EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Utiliser le matériel en toute sécurité
- Maîtriser et optimiser l'utilisation en espaces verts
- Gagner en autonomie au sein d'une équipe

PROGRAMME

Généralités

- Le métier
- Les réalisations

Les différents types de matériels et leur fonctionnement

- Présentation des différents outils
- Principe de fonctionnement

Le débroussaillage

- Choisir un matériel adapté par rapport au chantier
- Préparation du chantier
- Méthode de travail
- Respect des règles de sécurité pour soi-même et pour les autres.

La tonte

- Adaptation du matériel à la surface à tondre
- Réglage de la hauteur de coupe
- L'éjection de l'herbe et le ramassage
- Le mulching
- Manœuvre et manipulation des tondeuses

Maintenance et entretien du matériel

- Nettoyage et vérifications
- Entretien courant
- Graissage, lubrification
- Spécificités des moteurs 2 T
- Changement d'outils (tête fils, couteau, scie...)
- Diagnostic des pannes fréquentes

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.



Initiation à l'utilisation d'une tronçonneuse



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **06 HEURES - 1 JOUR**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Maîtriser l'outil en situations variées et en toute sécurité
- Gagner en autonomie au poste de travail

PROGRAMME

Le métier

- La sécurité (préparation du chantier, E.P.I. ...)
- Présentation et description du matériel

Le moteur

- Principe de fonctionnement
- Spécificités des moteurs 2T
- Nettoyage et vérifications

Maintenance et entretien de la chaîne et du guide

- Description, différents types
- Réglage de la tension de la chaîne
- Graissage de la chaîne et du guide
- Affûtage de la chaîne

Travailler avec une tronçonneuse

- La sécurité
- Le maniement
- Attention aux rebonds !
- Abattage, ébranchage, débitage

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.





Travail en hauteur

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Intervenir pour des travaux éloignés du sol avec l'aide du matériel approprié
- Se prémunir contre les accidents dus au vide

PROGRAMME

Les échelles

- Les différents types
- L'utilisation
- La sécurité
- Mise en situation

Les échafaudages

- Les différents types
- L'utilisation
- La sécurité

Les plates-formes

- Les différentes situations
- L'utilisation
- La sécurité

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.



Signalisation des chantiers temporaires de voirie



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**
 **Xavier LOIR - Formateur, chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **06 HEURES - 1 JOUR**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Informier et alerter les usagers, les guider
Les inciter à modifier leur comportement face à une situation inhabituelle
Respecter les règles de sécurité tant pour eux que pour les autres

PROGRAMME

Adaptation de la signalisation temporaire

Aux types de voies
A la géométrie des voies
A la visibilité
A l'importance du trafic
A la nature du chantier

Signalisation des véhicules de chantiers

La couleur
Les feux spéciaux
Les engins de chantiers mobiles

Panneaux

Pose et dépose
Taille et caractéristiques
Type de panneaux

Signalisation des personnes

EPI
Règles de déplacement sur le chantier

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Cette formation se veut essentiellement pratique. Elle doit permettre d'acquérir les compétences nécessaires à la réalisation en chantier de situations réelles. Les apports pédagogiques et quantitatifs s'effectuent au fur et à mesure de l'acquisition de savoir-faire.



Sécurité au travail en prestations extérieures



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**
 **Xavier LOIR - Formateur, chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Permettre aux participants d'identifier et gérer les risques de danger dans le but d'éviter tout accident possible au travail.
Faire prendre conscience des risques liés à chaque activité professionnelle
Identifier les dangers créés au travail et les risques associés, apprendre à les gérer
Intégrer les notions de protection et prévention

PROGRAMME

La définition de l'accident de travail et de la maladie professionnelle
La circulation au sein d'un site extérieur (sécurité avec les travailleurs existants)
Connaître et prendre conscience pour la circulation en environnement extérieur (nettoyage des locaux, utilisation des machines)
Repérer les éventuels dangers (modification de sens de circulation, chariot élévateur, transpalette)
Repérage des pictogrammes de sécurité et l'aménagement du poste de travail (connaître et suivre le balisage)
Effectuer des manutentions en évitant les risques d'accident (EPI)
Les principaux risques :
Incendie (connaître les sorties de secours afin d'éviter les précipitations)
Risques de chutes de pleins pieds (espaces encombrés, ne pas courir)
Risques de chute de hauteur
Electrique
L'utilisation des machines et d'outils (connaître les règles d'utilisation et d'entretien)
Les EPI (la bonne tenue selon les ateliers)
Identifier les bonnes et mauvaises postures
L'activité physique du travailleur
Attitude en cas d'accident de travail :
qui solliciter ?
comment réagir ?
Premiers secours

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, pratiques et méthodologiques, supports de cours de formation écrits adaptés et visuels, prise en compte de l'expérience de chaque stagiaire.





Sécurité au travail

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **12 HEURES - 2 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Permettre aux participants d'identifier et gérer les risques de danger dans le but d'éviter tout accident possible au travail.

Faire prendre conscience des risques liés à chaque activité professionnelle

Identifier les dangers créés au travail et les risques associés, apprendre à les gérer

Intégrer les notions de protection et prévention

PROGRAMME

IDENTIFICATION DES RISQUES

risques liés aux matériels, aux outils (connaître les règles d'utilisation et d'entretien)

risques liés aux produits dangereux

risques liés aux travaux en hauteur

risques liés à la manutention

risques liés à la circulation des personnes (sens de la marche)

risques liés aux travaux sur la voie publique

risques liés à l'électricité

risques d'incendie (connaître les sorties de secours afin d'éviter les précipitations)

risques particuliers (contamination, intoxication, irradiation...)

risques de chute de pleins pieds (espaces encombrées...)

repérage des pictogrammes de sécurité et l'aménagement du poste de travail (connaître et suivre le balisage)

Les EPI (la bonne tenue selon les ateliers)

Identifier les bonnes et mauvaises postures

Attitude en cas d'accident de travail :

qui solliciter ?

comment réagir ?

premiers secours

analyse d'accidents du travail

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, pratiques et méthodologiques, supports de cours de formation écrits adaptés et visuels, prise en compte de l'expérience de chaque stagiaire.

Visite d'observation des ateliers de l'ESAT



Sécurité en espaces verts



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Respecter les règles de sécurité tant pour eux que pour les autres
- Gagner en autonomie au poste d'équipier en espaces verts

PROGRAMME

Généralités sur le métier, les activités.

Prise de conscience et identification des risques liés :

- aux matériels, engins, outils et accessoires
- aux produits phytosanitaires
- aux autres produits dangereux
- aux travaux en hauteur
- à la manutention
- aux moyens de transport
- aux déplacements des personnes
- aux travaux sur voies publiques
- aux incendies

Comment se prémunir de ces risques ?

Les attitudes en cas d'accident

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.



Conduite à tenir en cas d'accident



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



**Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Prendre conscience de l'importance de la prévention dans les situations d'emploi
Intégrer la prévention dans les habitudes
Faire face à une situation d'urgence

PROGRAMME

Les risques par rapport aux autres et à soi
Prévention et règles générales de sécurité
Analyser une situation d'accident
Protéger
Identifier les risques persistants
Isoler ou supprimer les risques
Alerter
Qui avertir ?
Informé clairement
Procédure particulière
La position latérale de Sécurité
Précautions
Méthodes
Mise en situation
Simulations

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.





Initiation à la reconnaissance des végétaux

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**
 **Xavier LOIR - Formateur, chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **2 JOURS - 12 HEURES**

 **A DÉTERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Savoir reconnaître la diversité des principaux végétaux de plantation
Caractériser les principales catégories de végétaux et se familiariser avec des noms communs

CONTENU

Prendre conscience de l'intérêt de connaître les noms des plantes

Présentation des différents types de végétation

Différents groupes d'arbustes : persistants, caducs, à floraison saisonnière, les plantes grimpantes et rampantes, les plantes de terre de bruyère, les plantes annuelles et bi annuelles

Différents groupes d'arbres

Différents rosiers

Critères de reconnaissance des arbustes et des arbres

Epoque et mode de floraison

Adapter la mémorisation des noms des plantes

Décrire un végétal, identifier les plantes par leur caractéristiques (feuilles, fleurs, bois, bourgeons)

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Temps théorique en salle : apports de connaissances, utilisation de supports imagés, d'échantillons, mise en situation





Taille des haies et arbustes : Initiation

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)



18 HEURES - 3 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Maîtriser les techniques de taille en fonction des végétaux et la sécurité
- Entretien du matériel
- Gagner en autonomie au sein d'une équipe
- S'initier à la maintenance

PROGRAMME

Généralités

- Le métier
- Les réalisations
- La sécurité

Les principaux végétaux

- La reconnaissance
- Les périodes de taille
- Les types de taille

La préparation du chantier

Le matériel

- Les différents outils
- L'utilisation et le maniement

L'entretien du matériel

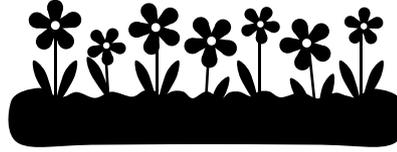
- Nettoyage
- Graissage et lubrification
- Particularité des moteurs 2T
- Affûtage

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnaliserons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.



Création et entretien des massifs



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **18 HEURES - 3 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Maîtriser les techniques d'installation et d'entretien d'un massif durable
Identifier et reconnaître les différentes catégories de végétaux composant un massif

PROGRAMME

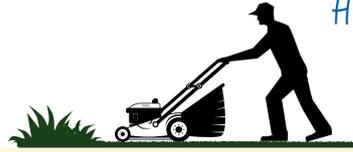
Conception d'un massif (organisation du chantier à définir)
Réalisation d'un plan de plantation (organisation et chronologie du chantier)
Le choix des végétaux chez le pépiniériste
Préparation du sol
Connaître les techniques de plantation (racines nues, en motte, en container)
Arrosage des plantations (connaître les systèmes d'irrigation)
Apports des engrais et amendements
Savoir estimer les quantitatifs et le coût du chantier de plantation
Taille à la plantation
Tuteurage des arbres
Entretien des massifs
taille
bêchage ou griffage
traitements
mulching

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Alternance d'apports théoriques, pratique et méthodologiques, supports de cours de formation écrits adaptés et visuels, prise en compte de l'expérience de chaque stagiaire.



Création et entretien des pelouses



 **INTRA MUROS (devis sur demande)**



Xavier LOIR - Formateur - Chef d'entreprise (Espaces Verts, Hygiène et sécurité)



12 HEURES - 2 JOURS



A DETERMINER

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

EFFECTIF Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

- Créer et entretenir des pelouses

PROGRAMME

Préparation du sol

Les semis

Techniques de semis

La densité

Entretien du gazon

Arrosage

Roulage

Tontes

Désherbage

Finitions

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Méthode pédagogique très concrète et active avec une alternance d'apports théoriques, d'exemples, d'échanges d'expériences entre les participants. Nous favoriserons les mises en situations pratiques pour que les stagiaires appréhendent graduellement des notions qui pourraient leur sembler complexes. Nous individualiserons et personnalisons au maximum le contenu de formation en tenant compte des spécificités cognitives de chaque apprenant.





Entretien du petit matériel en espaces verts

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur, chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **18 HEURES - 3 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes maximum

OBJECTIFS

Connaître le matériel utilisé en espaces verts et assurer sa maintenance

Acquérir les connaissances nécessaires permettant aux ouvriers de mieux comprendre le fonctionnement de leur matériel

Etre plus vigilant, entretenir et participer aux petites réparations des machines en espaces verts

Etre en capacité de réaliser les premiers actes de remisage hivernal

PROGRAMME

Présentation et principe de fonctionnement du matériel courant de la structure (tondeuse à gazon, débroussailleuse, taille-haie, tronçonneuse)

Motorisation : notions générales, moteur 2 temps, moteur 4 temps

Les différents composants d'un moteur

Les pannes les plus courantes des matériels

Diagnostic de pannes

Réparation de pannes simples

Maintenance préventive : graissage, vidange, nettoyage, vérification des organes

Maintenance curative de premier niveau : allumage, réglage...

Organes coupants (chaînes, couteaux, lames) : montage/démontage, affûtage, graissage

Organes de sécurité

Hygiène et sécurité en opération de maintenance

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Etude de cas privilégiant l'approche concrète en atelier

Travaux individuels et en sous-groupe

Documents de synthèse privilégiant l'image au texte

Echange avec les participants





Entretien du petit matériel en espaces verts - Niveau 2

 **INTRA MUROS (devis sur demande)**

 **Xavier LOIR - Formateur, chef d'entreprise
(Espaces Verts, Hygiène et sécurité)**

 **18 HEURES - 3 JOURS**

 **A DETERMINER**

PUBLIC ET PREREQUIS

Personnes en situation de handicap travaillant en ESAT ou Entreprise Adaptée.
Pas de prérequis spécifiques

Groupe de 8 personnes

OBJECTIFS

Savoir assurer la maintenance courante des petits matériels d'espaces verts (Tondeuse, Débroussailleuse, taille haies, souffleur, tronçonneuse)

Diagnostiquer et réparer des pannes simples

PROGRAMME

Le matériel à moteur 2 T (débroussailleuse, taille haies, souffleur, tronçonneuse) : description, principes de fonctionnement, démontage et commentaires sur chaque élément vital.

Le matériel à moteur 4 T (tondeuse, motoculteur), description, principes de fonctionnement, commentaires sur les accessoires du moteur

La prévention des pannes ; la détection des pannes les plus courantes (relation entre les signes de dysfonctionnement et les pièces susceptibles d'être défectueuses).

Réparation des pannes simples

Maintenance préventive (graissage, vidange, nettoyage, vérification des organes).

Maintenance curative de premier niveau (allumage, réglage...)

Affutage et réglage des outils (Tronçonneuse, taille haies, tondeuse...)

Règles de sécurité dans l'utilisation

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Notions théoriques et pratiques en atelier



DES COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES AU SERVICE DE LA PERSONNE EN DIFFICULTÉ OU EN SITUATION DE HANDICAP.

L'ENFANCE ET L'ADOLESCENCE

Défi science intellectuelle, troubles autistiques, handicap sensoriel, troubles du comportement, rééducation, éducation motrice et enseignement, crèche et centre d'action médico-sociale précoce.

LES ADULTES

Travail protégé et adapté, habitat et accompagnement social, troubles autistiques, troubles psychiques, polyhandicap.

LES PERSONNES AGÉES

Accueil des personnes dépendantes, personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, personnes en situation de handicap âgées, service infirmier à domicile.

ACTION HUMANITAIRE

Centre d'accueil et d'orientation.
Accueil de mineurs étrangers isolés.

LA FORMATION

La formation des acteurs du social, médico-social et sanitaire au service des usagers. Des formations spécifiques adaptées aux personnes en situation de handicap.

LES PERSONNES EN DIFFICULTÉ SOCIALE

Maison d'enfants, club de prévention, service de tutelles, centre d'hébergement et de réinsertion sociale, Point Accueil Ecoute Jeunes.

SÉCURITÉ - HYGIÈNE - SERVICES GÉNÉRAUX

GESTION - INFORMATIQUE - BUREAUTIQUE - MULTIMÉDIAS

QUALITÉ - EVALUATION - PROJETS - JURIDIQUE

COMMUNICATION - RELATIONS HUMAINES - ECRITS

ANIMATIONS - TECHNIQUES EDUCATIVES

APPROCHES PROFESSIONNELLES - QUALIFICATIONS - MÉTIERS

ENVIRONNEMENT MÉDICO-SOCIAL - PRATIQUES SOCIALES

ENFANCE - ADOLESCENCE - FAMILLES

ADULTES - PERSONNES AGÉES

FORMATIONS POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP D'ESAT ET EA

LA VIE ACTIVE FORMATION

6 ter rue des bleuets
62000 ARRAS

03 21 21 50 70

contact@vieactiveformation.org