



« Avec 20 ans d'expérience à votre service »



SECURITE INCENDIE

Sécurisez votre établissement: Incendie- Evacuation

Modules de sécurité Incendie- A la carte

- Lutte contre le feu- Manipulation des extincteurs

- Formation à l'évacuation

- Exercice d'évacuation

- Conseils- Réalisation de votre procédure Incendie

Préparation à la visite périodique de la commission de sécurité

Evaluation Sécurité / Incendie

Formation des chargés de sécurité

Equipe de vigilance Incendie- Niveau I- II

Réalisation Film Incendie

SECOURISME

Formation Initiale Sauveteurs Secouristes du Travail

Maintien et Actualisation des Compétences des S.S.T

Les gestes qui sauvent

L'utilisation du défibrillateur automatisé externe (DAE)

Secourisme à la carte

- Gestes de secours avec votre trousse de secours ou votre pharmacie

- Initiation à la réanimation- Utilisation de votre DSA

- Risque attentat



ERGONOMIE

Manutention des charges- Gestes et Postures

Manutention des charges- Gestes et Postures- Spécifiques filière métier

Manutention des charges- G&P – Recyclage

Manutention des charges : Accompagnement Correctif Terrain

Manutention des charges- Gestes et Postures – Secteur : STOCK

Ergonomie des postes de travail administratif

Acteur PRAP IBC

Maintien et Actualisation des Compétences du PRAP IBC



SANTE ET SECURITE AU TRAVAIL

SECURITE

Habilitation électrique Basse Tension – B0, H0, H0V

Habilitation électrique Basse Tension – BS et BE

Recyclage Habilitation électrique BS

Habilitation électrique Basse Tension B1V, B2V, BR, BC

Recyclage des habilitations électriques usuelles

GESTION DU STRESS ET COMMUNICATION

Gérer et utiliser son stress

Gestion du stress et communication

Prévenir l'usure professionnelle / Burn-Out

Pack stress : Gestion des conflits et agressivité (collègue / client)

Risques Psycho Sociaux et qualité de vie au travail

La gestion des émotions et la sophrologie

Gestion du temps

Communication en situation conflictuelle

BIEN-ÊTRE

Bien-être et efficacité avec la sophrologie

Savoir gérer sa santé au travail : sommeil, alimentation, rythmes

MANAGEMENT

Le temps de travail effectif et la durée de travail

Renforcer le travail collaboratif en équipe

Optimiser son mode de management

La relation d'aide et le travail en équipe

Améliorer la communication dans les équipes

La fonction tutorale

L'entretien annuel d'évaluation du personnel

L'accueil et l'encadrement du nouveau personnel

DIETETIQUE

L'équilibre alimentaire

Nutrition- obésité adulte

INFORMATIQUE

Le réseau internet- stage d'utilisation pratique

Microsoft Windows- stage de 1er niveau

Microsoft Excel et Word- stage de 1er niveau ou de perfectionnement

VOS INTERLOCUTEURS

Stéphane ROUX : Dirigeant et formateur IE-GP-SST

Karine PATURAL : Responsable administrative et
logistique

contact@actiforma.fr