



## SECURITE INCENDIE

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  
Incendie-Evacuation- « Pack Intégral »

## 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

Ergonomie des postes de travail administratif  
Manutention des charges- Gestes et Postures  
Manutention des charges- Gestes et Postures – Secteur : STOCK  
Manutention des charges : Accompagnement Correctif Terrain  
Manutention des charges- G&P – Recyclage

## SANTE ET SECURITE AU TRAVAIL

Accueil et accompagnement des personnes en situation de Handicap  
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  
Membre nommé du CHSCT  
Sensibilisation Managers : Risques Psycho Sociaux et qualité de vie au travail  
Pack stress : Gestion des conflits et agressivité (collègue / client)  
Prévenir l'usure professionnelle / Burn-Out

« Plus de 18 ans d'expérience à votre service »

## NOS AUTRES THEMES

**ERGONOMIE** : Acteur PRAP- IBC

### GESTION DU STRESS ET COMMUNICATION

Gérer et utiliser son stress  
Accueil et communication avec le client  
La gestion des émotions et la sophrologie  
Gestion du temps  
Communication en situation conflictuelle

### BIEN-ÊTRE

Bien-être et efficacité avec la sophrologie  
Détente et relaxation en entreprise  
Savoir gérer sa santé au travail : sommeil, alimentation, rythmes

### MANAGEMENT

Renforcer le travail collaboratif en équipe  
Optimiser son mode de management  
La relation d'aide et le travail d'équipe  
La fonction tutorale  
L'entretien annuel d'évaluation du personnel  
L'accueil et l'encadrement du nouveau personnel  
Améliorer la communication dans les équipes

**DIETETIQUE** : L'équilibre alimentaire

**INFORMATIQUE** : Word, Excel

## FORMATIONS SUR DEMANDE ET SUR-MESURE

### VOS INTERLOCUTEURS

Dirigeant et formateur IE-GP-SST : Stéphane ROUX  
Directrice financière et comptable : Maryse ROUX  
Responsable pédagogique : Laetitia GANDOLIERE

**contact@actiforma.fr**