

Public

- Salarié souhaitant contribuer à préserver sa santé en comprenant les causes possibles de dommages
- Personnel non cadre des entreprises CARCEPT-Prev

Prérequis

- Le stagiaire doit avoir ouvert son compte personnel de prévoyance et disposer de ses identifiants le premier jour du stage

Modalités d'admission

- Aucune en dehors des prérequis

Durée

- 3 h 30

Modalités et méthodes pédagogiques

- Présentiel
- Alternance de séances de face à face et de mises en situation

Qualité des formateurs

- Formateurs experts métier ayant validé un parcours de qualification pédagogique

Documents remis

- Certificat de réalisation
- Attestation de fin de formation

Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter le référent Handicap local afin d'étudier les possibilités de suivre la formation

Nous contacter

www.aftral.com
0809 908 908



ADDICTOLOGIE ET HYGIENE DE VIE

Objectifs généraux

- ◆ Identifier les risques des différentes addictions (conséquences pénales, conséquences sociales, conséquences professionnelles) pour mieux les prévenir
- ◆ Adopter une hygiène de vie compatible avec l'exercice du métier

Les plus de la formation



- ◆ Des moyens matériels performants et innovants
- ◆ Une formation active et inter active orientée sur l'activité réelle des stagiaires.
- ◆ Remise d'une documentation complète et ciblée

Mode d'évaluation des acquis

- ◆ Evaluation en cours de formation sous la forme de mises en situation permettant l'application concrète de l'ensemble des principes abordés

Validation

- ◆ Attestation de formation spécifiant le crédit de 20 points au compte personnel de prévoyance pour les salariés de la branche professionnelle transport
- ◆ Sans niveau spécifique
- ◆ Possibilité de valider un/des blocs de compétences : Sans objet
- ◆ Equivalences, passerelles, débouchés : Sans objet
- ◆ Code RCNP/RS : Non inscrit
- ◆ Code CPF : Non éligible

Agrément

- ◆ Sans objet

PROGRAMME

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
1	Identifier les objectifs et étapes de la formation	0 h 15
<ul style="list-style-type: none"> Vérification du respect des prérequis (notamment ouverture du compte personnel de prévoyance) Présentation du centre, de l'équipe pédagogique et des moyens matériels Présentation de la formation Modalités pratiques Tour de table 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES Salle équipée d'un ensemble multimédia

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
2	Identifier les risques d'addictions pour mieux les prévenir	1 h 30
<ul style="list-style-type: none"> Prévention des addictions, conséquences sur la vie professionnelle et personnelle (tabac, alcool, stupéfiants) <p>Mise en situation :</p> <ul style="list-style-type: none"> Calcul d'alcoolémie Simulation des effets de l'alcool sur le champ de vision et l'appréciation des distances en effectuant un parcours imposé éventuellement avec les bras chargés (le formateur veillera à la sécurité des stagiaires) 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES Salle équipée d'un ensemble multimédia Ressources pédagogiques Lunettes de simulation d'alcoolémie Logiciel de calcul d'alcoolémie

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
4	Adopter une hygiène de vie compatible avec l'exercice de son métier	1 h 30
<ul style="list-style-type: none"> Hygiène alimentaire (régularité des repas, équilibre alimentaire, risques liés au surpoids, détermination de l'IMC) Sommeil (importance, cycles du sommeil, troubles, dette de sommeil, conséquences sur l'activité professionnelle) Médicaments : classification (pictogrammes), effets et risques, dangers de l'automédication 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES Salle équipée d'un ensemble multimédia Ressources pédagogiques

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
5	Bilan et synthèse de la formation	0 h 15
<ul style="list-style-type: none"> Bilan Synthèse Mise en perspective Evaluation de satisfaction 		MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES Salle équipée d'un ensemble multimédia