

NOS FORMATIONS COLLECTIVES

PROGRAMMATION 2024

INTITULÉ	OBJECTIFS DE LA FORMATION	DURÉE	DATES & LIEUX
HYGIÈNE DE VIE : DU DOMICILE AU BUREAU « FAIRE BONNE IMPRESSION, ÇA S'APPREND ! »	<ul style="list-style-type: none">• PRENDRE CONSCIENCE DE L'IMPORTANCE DE L'HYGIÈNE AU TRAVAIL• ADAPTER MA PRÉSENTATION ET MES TENUES VESTIMENTAIRES AUX CIRCONSTANCES• MIEUX COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DE MON CORPS	2 JOURS	BOUCHES-DU-RHÔNE : LES 29 ET 30 MAI
LE POUVOIR D'AGIR « AVOIR CONFIANCE EN SOI, ÇA S'APPREND ! »	<ul style="list-style-type: none">• IDENTIFIER SES ASPIRATIONS ET LES EXPRIMER• IDENTIFIER LES RESSOURCES ET LES PERSONNES DE CONFIANCE QUI POURRONT ÊTRE AIDANTES• SAVOIR APPRÉHENDER LES CONSÉQUENCES DE SES CHOIX	2 JOURS	BOUCHES-DU-RHÔNE : LES 11 ET 12 JUIN
TROUVER SON ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE DANS LE CADRE D'UN BUDGET LIMITÉ « MANGER ÉQUILIBRÉ, ÇA S'APPREND ! »	<ul style="list-style-type: none">• PRENDRE CONSCIENCE DE L'IMPORTANCE D'UNE BONNE HYGIÈNE ALIMENTAIRE ET D'UNE HYGIÈNE DE VIE ÉQUILIBRÉE ET SAINES• TRAVAILLER SUR LES ALIMENTS NUTRITIONNELS ET CRÉER UN MENU DIÉTÉTIQUE SELON SON BUDGET• ÊTRE SENSIBILISÉ AUX RISQUES MÉDICAUX ET À L'IMPACT POUR SA SANTÉ	3 JOURS	BOUCHES-DU-RHÔNE : LES 2, 3 ET 4 JUILLET ALPES MARITIMES : LES 16, 17 ET 18 AVRIL VAUCLUSE : LES 2, 3 ET 4 AVRIL
LA VIE EFFECTIVE ET SEXUELLE « NOUER DES RELATIONS AMICALES ET AMOUREUSES, ÇA S'APPREND ! »	<ul style="list-style-type: none">• IDENTIFIER LES RISQUES LIÉS À LA VIE SEXUELLE POUR ADOPTER LES GESTES DE PROTECTION• IDENTIFIER LES LIMITES DE LA VIE INTIME, DE LA VIE PRIVÉE ET DE LA VIE PUBLIQUE• SAVOIR REPÉRER CE QUI EST ACCEPTABLE ET CE QUI NE L'EST PAS POUR POUVOIR RÉAGIR	2 JOURS	BOUCHES-DU-RHÔNE : LES 09 ET 10 AVRIL ALPES MARITIMES : LES 29 ET 30 MAI
ALLER VERS DES ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES « DÉCOUVRIR DE NOUVELLES ACTIVITÉS, ÇA S'APPREND ! »	<ul style="list-style-type: none">• CONNAÎTRE SON ENVIRONNEMENT ET LES ACTIVITÉS CULTURELLES PRÈS DE CHEZ MOI• COMPRENDRE CE QUE CELA PEUT M'APPORTER DANS MA VIE PERSONNELLE ET PROFESSIONNELLE• SAVOIR COMMENT RÉALISER DES INSCRIPTIONS EN LIGNE	2 JOURS	BOUCHES-DU-RHÔNE : LES 22 ET 23 MAI VAR : LES 4 ET 5 JUIN

OPCO Santé Sud et Corse

04.91.14.05.40 | sud-corse@opco-sante.fr



Scannez le QR Code ou rendez-vous sur le lien
<https://formationscollectives.opco-sante.fr/>