# Formations en secteur protégé

*Catalogue 2024*

éducalis

*« L'humain au cœur de nos formations »*

*« L'humain au cœur de nos formations »*

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

# Informations générales & modalités

## Formations à la carte et en présentiel

**Effectif :** de 01 à 10

**Délais d'accès valable pour toutes les formations**: de la demande jusqu'à l'entrée en formation, environ 30 jours (10 jours maximum de traitement par éducalis + le délai de traitement du dossier par le financeur)

**Accessibilité Handicap et PMR** : éducalis s'engage à proposer des salles accessibles ou aux conditions d'accueil du site
Référente H+ : Valérie ROBIN

**Modalités d'évaluation** : Bilan individuel / attestation

**Certifications proposées :**

**Programmes de formation** disponibles sur demande

**Tarifs :** Tarifs : Fonction du nombre de bénéficiaire, du lieu de la formation, en intra ou inter entreprise, etc.
À partir de 22€ TTC/heure/bénéficiaire en collectif
À partir de 70€ TTC/heure/bénéficiaire en individuel
Les tarifs seront mentionnés dans l'offre de formation transmise.

**Contact :** 04.79.69.18.90 / s.tosoni@educalis.fr / www.educalis.fr

# Formations
# en secteur protégé

## Travailleurs & Résidents

éducalis

*« L'humain au cœur de nos formations »*

Compétence

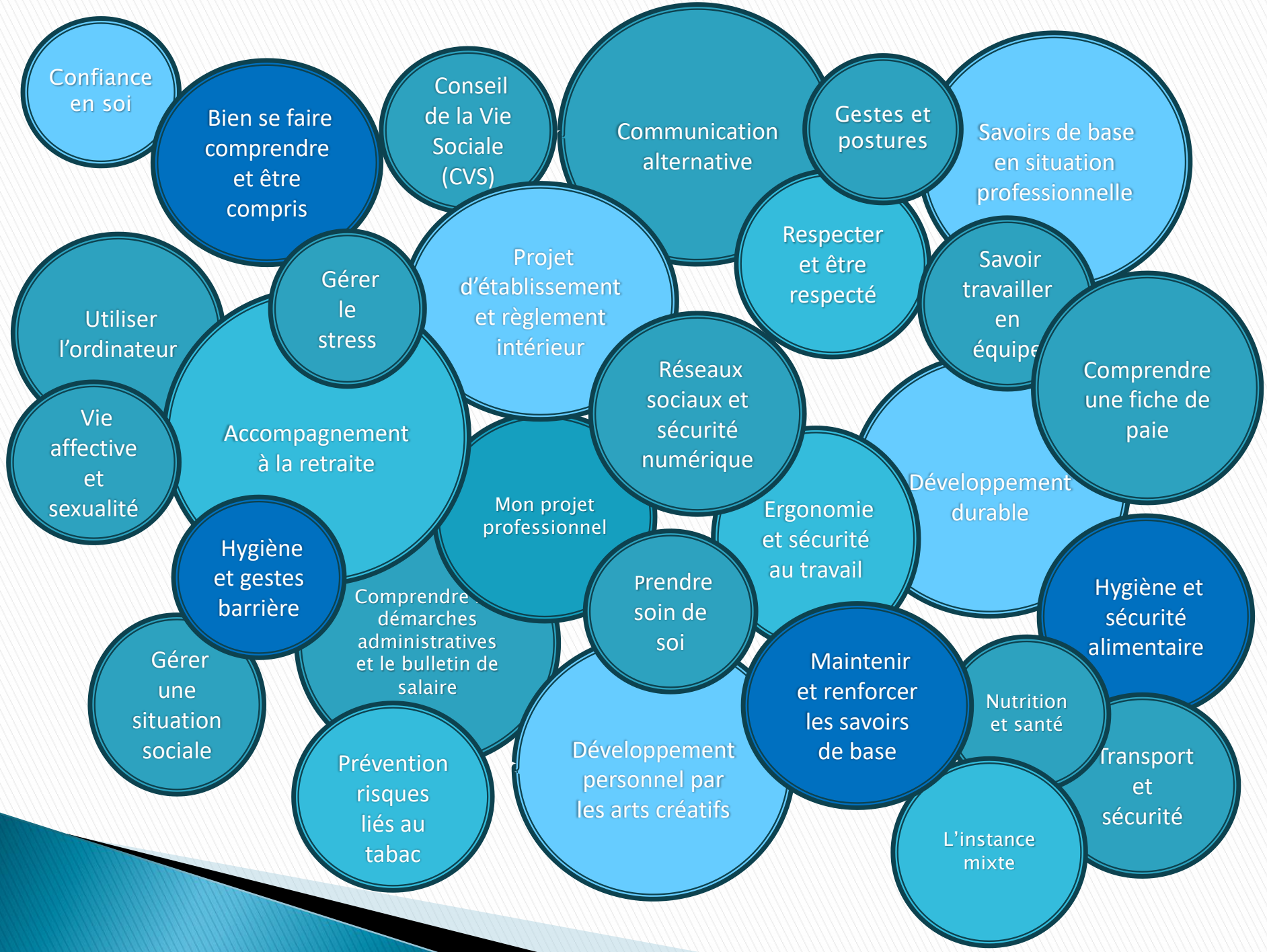
Capacités

Connaissances

Attitudes

Réinvestir

Mobiliser


Confiance en soi
Bien se faire comprendre et être compris
Conseil de la Vie Sociale (CVS)
Communication alternative
Gestes et postures
Savoirs de base en situation professionnelle
Respecter et être respecté
Savoir travailler en équipe
Utiliser l'ordinateur
Gérer le stress
Projet d'établissement et règlement intérieur
Comprendre une fiche de paie
Vie affective et sexualité
Accompagnement à la retraite
Réseaux sociaux et sécurité numérique
Développement durable
Mon projet professionnel
Ergonomie et sécurité au travail
Hygiène et gestes barrière
Prendre soin de soi
Hygiène et sécurité alimentaire
Comprendre démarches administratives et le bulletin de salaire
Gérer une situation sociale
Maintenir et renforcer les savoirs de base
Nutrition et santé
Prévention risques liés au tabac
Développement personnel par les arts créatifs
Transport et sécurité
L'instance mixte

# Conseil de la Vie Sociale (CVS), citoyenneté et vie sociale

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**3 jours**

**Sensibiliser les travailleurs à leurs rôles au sein du CVS**

**Favoriser la participation sociale des travailleurs afin de les accompagner dans leurs rôles de citoyens**

- La Citoyenneté : définition, comment cela fonctionne ?
- Le Conseil de la Vie Sociale : à quoi cela sert, comment cela marche
- Prendre la parole face à un groupe
- Comment recueillir la parole des travailleurs et animer un conseil de la vie sociale

100% de satisfaction pour la pédagogie

# Confiance en soi

**3 à 5 jours**

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs<br>Résidents | Aucun | Bilan individuel |

**Gagner en estime de soi**
**Gagner en respect de soi et des autres**
**Construire une image positive de soi**
**Favoriser la cohésion du groupe**

- Les techniques pour une bonne hygiène : savoir se respecter soi même
- Apprendre à se mettre en valeur
- Apprendre à se connaitre
- Les codes vestimentaires, les morpho-styles
- Hygiène alimentaire : un esprit sain dans un corps sain
- Une communication et une attitude adaptée
- Identifier ses émotions

# Gestes et postures

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs | Aucun | Bilan individuel |

**2 à 4 jours**

**Connaître les gestes et postures de base à adopter**

**Connaître les principes de sécurité physique et morale**

**Comprendre les règles et consignes de sécurité**

**Etre sensibilisé aux risques en situation de travail et les prévenir**

- Comprendre son corps
- Comprendre les postures
- Comprendre l'importance de la sécurité sur son poste de travail
- Comprendre la législation en termes de santé au travail
- Travail sur la fatigue au travail
- Travail sur la sécurité au travail et l'aménagement d'un poste de travail

# Communication

## Bien se faire comprendre et être compris

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**Entre 2 et 3 jours**

**Se rendre compte de l'importance de la communication**
**Comprendre les enjeux dans la relation à l'autre**
**Prendre conscience des différents moyens de communication**
**Améliorer son mode de communication**

- Qu'est-ce que communiquer » ?
- Les différents modes de communication
- Les moyens pour communiquer
- Apprendre à écouter
- Apprendre à dire ce que l'on pense

# Communication alternative

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**5 jours minimum, ateliers de 2h**

**Gagner en autonomie**

**Permettre l'échange avec les autres**

**Participer à la vie de son établissement ou de son foyer**

**Respect de soi et des autres**

- La Communication PECS : Méthode de communication avec des pictogrammes et des images.
- La communication par le Makaton : Aide au développement de la communication en favorisant l'emploi de différents modes, gestes, expressions faciales, langage oral, dessin…
- Création de pictogrammes adaptés

# Savoirs de base en situation professionnelle

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs | Aucun | Bilan individuel |

**En fonction des besoins, ateliers de 2h**

**Travailler les savoirs de base en situation professionnelle**

**Permettre la polyvalence des usagers**

**Gagner en estime de soi, en autonomie**

**Gagner en respect de soi et des autres**

**Contourner les difficultés d'expression par des moyens adaptés pour gagner en confiance**

- Ateliers écriture liés au domaine professionnel : Mobilité, Transports (orientation de bus), horaires, droits et devoirs des travailleurs, fiche de références propre aux ateliers, comptage des pièces, gestion de stock, étiquetage, suivi de production, stockage / références...
- Lecture, manipulation de l'outil informatique

# Utiliser l'ordinateur

**En fonction des besoins, séances de 3h**

| **Public** | **Prérequis** | **Évaluation** |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs<br>Résidents | Aucun | Bilan individuel/certification |

**Découvrir le fonctionnement d'un ordinateur**

**Apprendre à manipuler un ordinateur**

**Etre autonome avec un ordinateur**

**Possibilité de certification « Digital Citizen »**

- Utilisation traitement de texte
- Utilisation Internet
- Création d'outils informatiques en fonction des besoins

**Certification Digital Citizen** ICDL The Digital Skills Standard **validation de 5 étapes par test en ligne**

# Déplacements en autonomie
# Transports et sécurité

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**3 à 5 jours**

**Comprendre les règles de sécurité lors de ses déplacements**

**Comprendre le code de la route et l'assimiler**

**Adopter les bons réflexes lors des déplacements à pied, en transports en commun, en vélo**

**Apprendre à gérer ses déplacements dans les transports : lire une carte, respecter un horaire....**

- Apprentissages autour du code de la route
- Savoir se déplacer à pied et en transport en commun
- Savoir se déplacer à vélo, en tant que passager de voiture
- Savoir se repérer dans l'espace et dans le temps
- Applications concrètes

# Appréhender et gérer des situations sociales

**3 jours**

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**Amener les travailleurs à adopter le bon positionnement social au sein de l'établissement, en tant que travailleur au sein d'une structure mobilisant différents partenaires : équipe administrative, moniteurs d'atelier, collègues, partenaires extérieurs...**

- Décrypter les mécanismes sociaux, organisation du travail
- Adopter la bonne position en tant que travailleur au sein de l'établissement
- Gestion des conflits
- Règles de vie en collectivité et travail en équipe

# Savoir travailler en équipe

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**3 à 5 jours**

**Favoriser les échanges entre travailleurs pour une meilleure cohésion d'équipe**
**Comprendre la hiérarchie et l'organisation au travail**
**Comprendre le fonctionnement d'une équipe et l'importance de chacun**

- Organigramme et hiérarchie au sein de l'établissement
- Organisation au travail : chacun a une place et chacun est important
- La communication au travail : hiérarchie, collègues...
- Les règles de vie au travail
- Mise en place de cas pratiques pour créer une émulation d'équipe
- Apprendre à faire ensemble

# Respecter et être respecté au travail

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

**Définir les règles de vie au travail**
**Assimiler les notions de respect et de non respect**
**Favoriser des comportements adaptés**

- Définition du respect
- Analyse des situations au travail : respect/manque de respect
- Apporter des réponses adaptées face à des situations de "non respect"
- Susciter le respect par une attitude respectueuse

# Comprendre le projet d'établissement et le règlement intérieur de l'ESAT

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**Ateliers de 2h sur 10 séances**

**Proposer un document accessible au plus grand nombre : facile à lire et à comprendre**
**Comprendre les objectifs du projet d'établissement et du règlement intérieur**
**Assimiler les règles de vie sur son lieu de travail**

- Mise en forme d'un document simplifié
- Utilisation de pictogrammes
- Réalisation d'images (photo et vidéo)

# Comprendre la fiche de paie et gérer un budget

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

**Identifier le contenu de la fiche de paie**

**Repérer ses différentes ressources**

**Adapter ses dépenses**

**Construire un budget équilibré**

- Décodage d'un bulletin de paie
- Création d'un budget
- Utilisation d'outils de budget
- Aller vers un bon équilibre de son budget en fonction de ses priorités

# Gérer le stress pour mieux communiquer

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

**Identifier le stress au travail**

**Savoir gérer son stress au travail**

**Identifier les situations de stress et d'inconfort sur son poste de travail**

**Mettre en place des outils pour faire diminuer son stress : parole, respiration...**

**Favoriser une bonne communication**

- Communication : prendre la parole, savoir s'écouter, écouter l'autre
- Techniques de relaxation simples
- Expression corporelle : être à l'écoute de son corps
- Identification des situations de stress et réponses adaptées

100% de satisfaction pour la pédagogie

# Vie affective et sexualité

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

**Libérer la parole autour de la vie affective**
**Aborder les comportements affectifs dans la sphère publique et privée**
**Savoir exprimer son consentement ou son refus**
**Comprendre les envies de l'autre.**
**Savoir se représenter le corps humain et travail sur l'estime de soi**
**Prévention des risques relatifs à la santé sexuelle**

- Utilisation d'un schéma corporel adapté
- Techniques de photos langage pour libérer la parole Ateliers d'expression
- Guides adaptés prévention des risques

# Accompagnement à la retraite

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

**Appréhender ce changement de vie particulier**
**Préparer son projet de vie**
**Développer des relations harmonieuses**
**Rester dynamique et entretenir sa santé**

- Identifier les changements liés à la retraite : statuts, revenus, rythmes, relations ....
- Repérer et satisfaire ses besoins fondamentaux
- Transmettre ses compétences
- Projet de vie à court, moyen et long terme
- Trouver de nouvelles activités
- Eviter la solitude
- Expression corporelle : être à l'écoute de son corps
- Dynamiser sa mémoire

92% de satisfaction pour la pédagogie

# Réseaux sociaux et bon sens numérique

**1 journée et 1/2**

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs<br>Résidents | Aucun | Bilan individuel |

**Sensibiliser les usagers ou résidents aux risques**
**des dangers des réseaux sociaux**
**Utiliser les outils numériques en toute sécurité**

- Optimiser et faciliter ses recherches sur Internet
- Prendre conscience des risques pour soi et des autres
- Communiquer et échanger sans risque
- Savoir gérer l'utilisation de son smartphone

96% de satisfaction pour la pédagogie

# Ergonomie et sécurité au travail

**4 jours**

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**Favoriser le bien-être au travail des travailleurs en situation de handicap via la sensibilisation aux risques professionnels et la connaissance des postures ergonomiques**

- Connaître les gestes et postures de base à adopter
- Connaître les principes de sécurité physique et morale
- Comprendre les règles et consignes de sécurité
- Etre sensibilisé aux risques en situation de travail et les prévenir

# Développement durable au travail

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs | Aucun | Bilan individuel |

**2 à 3 jours**

**Sensibiliser les travailleurs au développement durable au sein de l'ESAT**
**Identifier les gisements d'économie d'énergie dans l'entreprise**
**Actionner les leviers d'économie d'énergie**
**Sensibiliser au recyclage des déchets (tri, revalorisation...)**

- Prendre conscience des enjeux écologiques
- Mettre en action une démarche éco-citoyenne en ESAT
- Repérer les leviers d'économie d'énergie
- Mettre en marche des actions concrètes
- Informer l'ensemble des travailleurs des actions à mettre en place
- Recycler les déchets
- Evaluer son action

# Hygiène et sécurité alimentaire avec la méthode HACCP*

*Analyse des dangers points critiques pour leur maîtrise

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs | Aucun | Bilan individuel |

**1 à 2 jours**

**Prendre conscience des différents dangers liés à l'alimentation**

**Comprendre l'importance d'une bonne hygiène en cuisine**

**Améliorer sa pratique en matière d'hygiène et de sécurité en cuisine**

**Favoriser l'autonomie en cuisine collective**

- Connaître le monde microbien
- Comprendre la technique de la « marche en avant »
- Apprendre les gestes et les règles d'hygiène en cuisine
- Comprendre et respecter la chaîne du froid
- Apprendre à travailler ensemble

# Hygiène et gestes barrières

**Public**
Travailleurs
Résidents

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**1 à 2 jours**

**Prendre conscience de l'importance d'une bonne hygiène pour sa santé.**
**Favoriser une bonne hygiène pour influer sur l'estime de soi**
**Améliorer sa pratique en matière d'hygiène au quotidien**
**Comprendre et mettre en place les gestes barrières au travail et dans la vie quotidienne**

- Comprendre les règles d'hygiène de base et savoir les mettre en place en fonction des différentes situations (travail, chez soi, en extérieur)
- Comprendre le mécanisme des maladies (virus, bactéries, modes de transmission) et leurs impacts
- Comprendre les impacts d'une mauvaise hygiène sur la santé
- Apprentissage des gestes et des règles d'hygiène
- Apprendre à respecter les gestes barrières (port du masque, lavage de mains, désinfection…)
- Connaitre les personnes ressources et les professionnels de santé

100% de satisfaction pour la pédagogie

# Prévention des risques liés au tabac

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**1 à 2 jours**

**Comprendre ce qu'est le tabac, sa composition…**

**Comprendre l'impact du tabac sur notre santé**

**Prévention et sensibilisation sur la consommation de tabac**

- Comprendre les effets du tabac sur la santé, sur son budget.
- Comprendre la législation en matière de consommation de tabac (au travail, dans les lieux publics...)
- Comprendre les mécanismes de dépendance
- Comprendre la différence entre le tabagisme passif et le tabagisme actif
- Appréhender les différents moyens d'arrêter de fumer
- Accepter une prise en charge, un accompagnement pour préserver sa santé et celle des autres

# Mon projet professionnel

*Nouveauté 2023

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs en ESAT | Aucun | Bilan individuel |

**1 à 2 jours**

**Apprendre à mieux se connaître**

**Apprendre à faire des choix**

**Connaître ses compétences**

**Faire le point sur ses expériences passées et ses envies futures.**

- Savoir réaliser un curriculum vitae
- Réaliser un bilan de compétence
- Favoriser l'expression de ses choix
- Accompagnement/ relais dans mon parcours professionnel

# Développement personnel par les arts créatifs

*Nouveauté 2023

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs en ESAT | Aucun | Bilan individuel |

**1 à 2 jours**

**Favoriser l'expression et la communication par le biais d'un médiateur artistique**

**Valoriser et acquérir la confiance en soi**

**Explorer sa sensibilité**

**Enrichir son imagination et sa créativité**

**Favoriser le développement personnel, épanouissement personnel**

**Apprendre à se connaitre**

**Développer des potentialités en motricité et des facultés cognitives**

- Séance(s) à la manière de…. Découverte du travail d'artistes de renom. Transposition des œuvre et/ou des techniques , séance(s) textures et collages, séance(s) détournement et matériel de récupération, séance(s) Pouring formes et couleurs, séance(s) illusions et portraits, séance(s) utilisation des techniques de pochoirs, séance(s) créations proches de la nature (land art), séance(s) techniques de coloration : encres, séance(s) expression libre, humeurs et sentiments, séance(s) mise en scène de souvenirs, envies, projets…

# Prendre soin de soi dans son milieu professionnel

*Nouveauté 2023

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs en ESAT | Aucun | Bilan individuel |

**2 à 3 jours**

**Favoriser la qualité de vie et la santé au travail**
**Prévention des risques psychosociaux**
**Développer le bien-être au travail**
**Savoir utiliser des techniques pour gérer son stress**
**S'adapter au changement**
**Gérer ses émotions et sa motivation**

- Travail sur l'image de soi et l'estime de soi au travail
- Apprendre à se connaître : forces et faiblesses
- Développement personnel et relaxation
- Savoir se faire accompagner et s'entourer
- Travailler sur sa motivation
- Accepter l'autre et ses différences

# Mieux comprendre les démarches administratives et le bulletin de salaire

*Nouveauté 2024

**Public**
Travailleurs en ESAT

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

## Savoirs de bases sur des démarches administratives

- Comprendre les différents sigles des organismes (CAF, EDF, CPAM…)
- Apprendre à lire les différentes factures (téléphone, EDF…), lire sa facture de loyer…
- Comprendre le fonctionnement des organismes et les différentes aides CAF : prime d'activité, AAH, Allocation logement … / Santé : CPAM, mutuelle…
- Se rendre sur les sites internet des différents organismes : retraite, impôts, CPAM, CAF …
- Apprendre à faire une demande de documents administratifs et à la remplir…

## Comprendre sa fiche de paie

- apprendre à lire son bulletin de salaire,
- identifier le contenu de sa fiche de paie, les différentes charges…

# Nutrition et santé au travail

*Nouveauté 2023

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs en ESAT | Aucun | Bilan individuel |

**2 à 3 jours**

**Comprendre les bienfaits d'une nutrition équilibrée sur sa santé**

**Comprendre comment se nourrir en fonction de ses besoins et de son travail**

**Savoir cuisiner en sécurité (hygiène alimentaire et risques domestiques)**

**Savoir comment s'organiser (recettes, courses, conservation des aliments)**

**Savoir vers qui se tourner en cas de questionnements : nutritionnistes, médecins, conseillers en économie sociale et familiale….**

- Alimentation équilibrée et besoins au travail (concentration, énergie…)
- Pourquoi une alimentation équilibrée ?
- Alimentation et plaisir S'organiser pour une meilleure alimentation
- Les lieux de distribution : Alimentation bio, circuits courts, marchés, super marchés…

# L'instance Mixte au sein des ESAT

*Nouveauté 2024

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs en ESAT | Aucun | Bilan individuel |

**2 jours**

**Comprendre les différentes instances au sein de son ESAT (**
**Conseil de la Vie Sociale, CHSCT, Instance Mixte)**
**Participer à la vie de son ESAT**
**Gagner en autonomie**
**Permettre l'échange, l'écoute avec les autres travailleurs**

- Présentation et Citoyenneté
- Le Conseil de la Vie Sociale – le CHSCT
- L'Instance Mixte
- La prise de parole dans un groupe

# Maintenir et renforcer les savoirs de base

**2 à 3 jours**

| Public | Prérequis | Évaluation |
| --- | --- | --- |
| Travailleurs | Aucun | Bilan individuel |

- Maintien des acquis de base en français à travers la lecture et l'écriture : à travers des exercices de travail individuel mais également collectif. Il pourra être abordé des thématiques liées au travail, à la vie quotidienne, aux loisirs, aux voyages, aux déplacements…
- Maintien des acquis de base en mathématique à travers le comptage. Exercices en lien avec la vie quotidienne, avec le comptage de la monnaie. Il pourra également être abordé une thématique sur la lecture de l'heure. Des exercices en lien également avec les différents postes de travail des stagiaires.

# Accompagnement à la réalisation de son choix de vie : Autodétermination

**Public**
Travailleurs

**Prérequis**
Aucun

**Évaluation**
Bilan individuel

**2 à 3 jours**

**Permettre d'appréhender un choix de vie qu'il aimerait mettre en place afin de pouvoir évoluer dans leur milieu professionnel mais également dans leur vie quotidienne**

- Savoir déterminer ce qu'est un projet, un choix
- Travail sur la communication non verbale et sur la gestuelle
- Travail sur la communication verbale

100% de satisfaction pour la pédagogie

# Les +

+ Formations adaptées au public

+ Une équipe réactive

+ Interventions sur site

+ Formateurs compétents

+ Flotte mobile de PCs

+ Expériences significatives

éducalis

éducalis

# CHARTE ÉDUCALIS

# Références

## Ils nous font confiance :

150 ANS À VOS CÔTÉS
croix-rouge française

APEI « Les Papillons Blancs »
d'Aix-les-Bains et son territoire

E.S.A.T
"CAT Le Monthoux"
04.50.95.20.80

APAJH
Savoie

APEI
de CHAMBERY

LA FERME de CHOSAL
ESAT et hébergements
Solidaire par nature

La plateforme de formations Terre de Sienne - éducalis reste à l'écoute des besoins des établissements, des travailleurs et des résidents.

Parc d'Activités Côte Rousse
180 rue du Genevois
73000 CHAMBÉRY*
04.79.69.18.90 / s.tosoni@educalis.fr
www.educalis.fr

*N'imprimez que si nécessaire*

**Accessibilité PMR*
*Accompagnement spécifique et individualisé avec les organismes référents en matière d'accessibilité des personnes en situation de handicap.*