

ADOPTER LES ÉCOGESTES AU TRAVAIL ET À LA MAISON

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les enjeux environnementaux liés aux gestes du quotidien.
- Identifier les comportements à impact écologique dans un cadre professionnel et personnel.
- Adopter des pratiques simples pour réduire sa consommation d'énergie, d'eau et de ressources.
- Savoir trier, recycler et limiter ses déchets.
- Contribuer à une culture de durabilité au travail comme à la maison.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques interactifs.
- Ateliers pratiques
- Études de cas concrets.
- Support de formation

Modalités d'évaluation

- Quiz de connaissances en fin de session.
- Engagement individuel : plan d'actions personnel.
- Attestation de formation délivrée.

Inscription

Pour vous inscrire à cette formation, contactez-nous à contact@apoi.re ou au **06 93 87 33 53**. Nous vous accompagnerons dans le processus d'inscription.

Nos formateurs

Formateurs spécialisés en développement durable et sensibilisation aux bonnes pratiques environnementales, avec expérience dans l'accompagnement au changement des comportements.

Modalités

La formation est accessible après une analyse des besoins réalisée avec l'employeur ou le référent. Le délai d'accès est d'au moins un mois après validation de la demande.

DURÉE : 7 heures = 1 jour de formation (présentiel ou distanciel).

VALIDITÉ : Pas de durée de validité.

PUBLIC : Professionnel ou salarié souhaitant améliorer ses pratiques écoresponsables.

PRÉREQUIS : Aucun.

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 12 stagiaires maximum

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES : Lors de l'inscription, nous évaluons les adaptations nécessaires, avec l'appui de partenaires, et invitons les personnes en situation de handicap de contacter notre référent **M. BELGUENDOZ Benaouda** par mail à direction@apoi.re.

ATTESTATION : Une attestation de formation sera délivrée aux participants ayant validé les acquis et justifié de leur assiduité tout au long de la session.

ADOPTER LES ÉCOGESTES AU TRAVAIL ET À LA MAISON

Programme

Matinée – Comprendre les écogestes et leurs enjeux

- Pourquoi les écogestes ? (Climat, énergie, ressources, déchets).
- Les grands postes de consommation d'énergie et d'eau.
- Les écogestes au bureau : éclairage, chauffage/climatisation, impressions, déplacements.
- Les écogestes à la maison : électroménager, eau, tri sélectif, achats responsables.

Après-midi – Mettre en pratique les écogestes

- Ateliers pratiques : identifier les gaspillages dans un poste de travail.
- Trier correctement ses déchets (papier, plastique, déchets spécifiques).
- Réduire sa consommation numérique (mails, stockage, cloud).
- Élaboration d'une liste d'actions personnalisées pour chaque participant.
- Étude de cas : mise en place d'une charte des écogestes en entreprise.

