



Fictis Prévention

Équilibre vie professionnelle / vie personnelle

Pour permettre au collaborateur d'allier épanouissement professionnel et bien être personnel, Fictis Prévention propose une gamme de supports (modules E-learning, clés USB) afin de trouver le bon équilibre entre obligations professionnelles et personnelles.



GAMME « QUALITÉ DE VIE PERSONNELLE » :

Modules E-learning - Clés USB

Bien manger pour bien vivre

Connaître les bases d'une alimentation saine, préparer et organiser au mieux ses repas en conséquence.

Les gestes durables à domicile

Agir au quotidien, avec quelques gestes simples, pour protéger notre planète... et également réaliser des économies.

Accidents domestiques : évitons-les !

Sécuriser la maison ou modifier certains comportements pour éviter les accidents domestiques trop nombreux.



Les bons gestes de la vie quotidienne

Prendre conscience des effets négatifs de son mode de vie entraînant un mal de dos et connaître les bonnes postures à adopter au quotidien pour y remédier.

Comprendre le sommeil pour mieux dormir

Assimiler le mécanisme du sommeil et appliquer des règles simples pour obtenir un sommeil de qualité, réparateur physiquement et psychologiquement.

Comprendre l'électricité pour vivre en sécurité

Sensibiliser les personnes aux risques du quotidien liés à l'électricité et appliquer quelques règles simples en matière de sécurité

Médias sociaux : mode de vie, mode d'emploi

Vivre dans l'ère du numérique, en maîtrisant l'utilisation des réseaux sociaux : pour soi et pour les autres.

Conduites addictives

Comprendre les différents types d'addiction, pouvoir les identifier et obtenir des conseils pour se faire aider.

Hygiène alimentaire : bonnes pratiques au quotidien

Maîtriser les règles sanitaires, de l'achat à la préparation en passant par la conservation pour limiter les contaminations.



GAMME « QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL » :

Modules E-learning - Clés USB

Sommeil et rythme biologique

Prendre connaissance des mécanismes du sommeil et des rythmes biologiques pour éviter d'éventuelles conséquences pour l'individu et l'entreprise dans son cadre professionnel.

Alcool et conduites addictives - version Managers

Sensibiliser le manager aux problèmes d'addictions de ses collaborateurs et aux risques encourus pour l'individu et l'établissement.

Alcool et conduites addictives - version Salariés

Comprendre les raisons d'une consommation occasionnelle ou addictive et les conséquences qu'elles peuvent avoir.

Incivilité et agressivité : comment réagir ?

Distinguer les différents niveaux d'agressivité afin de savoir réagir au mieux face à un individu agressif.

Télétravail : bonnes pratiques et prévention des risques

Sensibiliser aux risques liés au télétravail : les risques liés à l'environnement de travail et les risques informatiques.

Prévenir le harcèlement moral et sexuel au travail - Version Managers

Identifier les manifestations d'harcèlement moral et/ou sexuel et connaître les stratégies de management associées.

Prévenir le harcèlement moral et sexuel au travail - Version Salariés

Reconnaître les manifestations de harcèlement moral et/ou sexuel lié à l'environnement de travail.



Nos supports sont personnalisables sur le fond et/ou sur la forme



Nos supports sont compatibles tablettes et smartphones



FICTIS PRÉVENTION

CONTACT

Fictis Prévention - Service commercial
Pôle Montesquieu
5, rue des basses Fouassières
49000 ANGERS - FRANCE

+ 33 (0)2 41 20 06 20
commercial@fictis-prevention.com
www.fictis-prevention.com

