



FDS  **WBF**

Fonds de Soutenabilité Titres-Services
Werkbaarheidsfonds Dienstencheques

Modules de formation

2024



Info et inscriptions

www.form-ts.be





Prévention des accidents



OBJECTIF GÉNÉRAL

- L'apprenant sera capable de réagir de manière préventive à une situation de danger ou d'insécurité en lien avec sa prestation.



FORMATION THÉORIQUE ET INTERACTIVE



La formation est dispensée par des professionnels ayant au minimum le brevet d'ambulancier de l'Aide Médicale Urgente et/ou d'infirmier titrés SISU et/ou conseiller en prévention niv2.



CONTENU DE LA FORMATION

- Dangers liés au travail dans une habitation.
- Règles d'hygiène de base d'un prestataire dans le secteur.
- Consignes d'usage et de sécurité se trouvant sur le matériel et les produits mis à disposition par le client.
- Port de l'équipement de protection individuel mis à disposition du prestataire.
- Attitude adéquate aux risques évalués et application des règles essentielles de sécurité.
- Prévention des chutes.
- Prévenir et reconnaître un potentiel danger.



FormaServices



+3269 35 47 00



info@formaservices.be



Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.



Identité numérique



OBJECTIF GÉNÉRAL



- Au terme de la formation, l'apprenant sera capable de :
 - Maîtriser les différentes applications nécessitant des clés numériques comme Masanté, Myminfon et autres espaces personnels en ligne.
 - Utiliser les différents outils numériques tels que Itsme, lecteur de carte d'identité, etc.
 - D'identifier toutes tentatives de fraudes via mail, SMS, etc.

De plus en plus de plateformes proposent des services en ligne et accessibles uniquement via des clés numériques. La maîtrise de ces outils est devenue indispensable pour tous.



FORMATION PRATIQUE & THEORIQUE



AU PROGRAMME

● 1ere partie

Apprentissage du fonctionnement du lecteur de carte d'identité (e-ID).

● 2ieme partie

Découverte de l'application Itsme et de son processus d'installation

● 3ieme partie

Explication des règlements RGPD ainsi que l'identification des sites à risques et des tentatives de fraudes via mail, SMS et autres.



Espaces cultures et développement ASBL



+32 2/425.65.85



ecdasbl@gmail.com



Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.





Ergonomie

(les 10 commandements)

 3h30

OBJECTIF GÉNÉRAL

- L'apprenant sera capable d'identifier le bon exercice pour relâcher son dos (poignets, épaules, ...)
- L'objectif est de montrer comment soulager les régions à l'origine de douleurs (TMS) et de montrer comment mettre en place une démarche sur le long terme pour améliorer les choses



FORMATION PRATIQUE



Tenue décontractée
(pas de talons, éviter les jupes)



L'APPRENANT SERA CAPABLE DE


- Poser un regard critique sur sa condition physique
- Maîtriser certains exercices d'assouplissement afin de diminuer les tensions musculaires douloureuses
- Trouver le moyen pour limiter les douleurs (bouger, faire de l'exercice, prendre soin de soi, faire des exercices d'étirement, renforcer certaines régions musculaires, ...)



 ABC Ergonomics
Dusollier Gaetan

 +32475763236

 gaetan.dusollier@abc-ergonomics.be

 Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.



PEPS & SANTE, grâce à une alimentation simple et équilibrée !



“ Prendre soin de la santé des aide-ménagères et de celle des clients grâce à une alimentation saine, c'est possible et facile ! Découvrez des principes simples pour de bonnes habitudes alimentaires ! ”

Durant cette formation, nous répondrons notamment aux questions suivantes :

- Quel est l'impact de l'alimentation sur le bien-être et l'efficacité des aide-ménagères au travail ?
- Quels sont les aspects positifs et les conséquences négatives d'une mauvaise alimentation ?
- Comment combiner équilibre alimentaire et horaires de travail ?

AU MENU

Au menu de cette formation, nous proposons

Entrée

Brainstorming animé mettant en lumière les habitudes et connaissances de chaque aide-ménagère

Plat

Des activités ludiques et variées pour découvrir les concepts de base en nutrition (vidéos, quizz, images illustrées, boîtes alimentaires, présentation d'une application, ...).

Dessert

Surprise du chef



FORMATION INTERACTIVE

- Quels sont les aliments à privilégier et ceux à éviter ?
 - Quand, comment et que consommer pour compenser les pertes d'énergie des aide-ménagères ?
 - Quels sont les principes de base nécessaires à la préparation d'un repas équilibré ?
 - Quelles sont les alternatives aux « mauvaises habitudes » ?



Job'Act
Charline Gavroy



+32471104146



info@jobact.be



Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.



Trouver sa MOTIVATION au jour le jour, se connaître et comprendre l'autre



OBJECTIF GÉNÉRAL

- Prévenir la démotivation par une meilleure connaissance de soi grâce à des outils concrets :
 - Susciter la remise en question des anciennes habitudes
 - Mobiliser les énergies personnelles dans l'atteinte des objectifs de fonction
 - Favoriser l'épanouissement personnel et relationnel des participantes



INFO FORMATEUR

Questionnaire à compléter par les participantes avant la formation. Il sera utilisé pour déterminer les couleurs de fonctionnement préférentielles de chaque participante



Stratégie et succès
Muriel Cardinal



+32477425348



strategies_secretariat@yahoo.fr



Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.



FORMATION PRATIQUE & THEORIQUE



L'APPRENANT SERA CAPABLE DE

- Se connaître
 - Appréhender les 6 couleurs du modèle ComColors
 - Identifier les 2 couleurs de fonctionnement préférentielles de chacune
 - Connaître les espaces de ressourcement et de motivation
- Prévenir la démotivation
 - Identifier les sources de démotivation
 - Passer d'une motivation extrinsèque à une motivation intrinsèque
- Susciter, nourrir et entretenir la motivation
 - Identifier les besoins, leviers et type de tâches qui vont nourrir la motivation
 - Équilibrer une journée avec des actions/tâches motivantes
 - Utiliser au quotidien des trucs et astuces liés aux couleurs de chacune



1ER SECOURS : le secourisme au quotidien



OBJECTIF GÉNÉRAL



- L'apprenant sera capable de gérer une situation d'urgence non vitale pouvant arriver à n'importe quel moment durant sa prestation.



FORMATION PRATIQUE & THEORIQUE



-La formation est dispensée par des professionnels ayant au minimum le brevet d'ambulancier de l'Aide Médicale Urgente et/ou d'infirmier titrés SISU et/ou conseiller en prévention niv2.



AU PROGRAMME

- Les services de secours
- Les plaies.
- Les brûlures :
 - Les différents types de brûlures.
 - Les facteurs de gravité d'une brûlure.
 - Les actions à mener lorsqu'une personne se brûle.
- Les intoxications :
 - La notion, les voies, signes et symptômes d'une intoxication.
 - comment aborder une intoxication au CO (monoxyde de carbone).
- Les malaises.



Formaservices



+3269 35 47 00



info@formaservices.be



Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.



LE STRESS ? Apprenons à le reconnaître et à l'apprivoiser !



FORMATION INTERACTIVE & LUDIQUE



OBJECTIF GÉNÉRAL

- Identifier les situations qui créent des situations de stress
 - Partage des ressources personnelles.
- Comprendre ce qu'est le stress
 - Créer une vision plus POSITIVE.
- Découvrir l'outil de base de la gestion du stress et le mettre en pratique
 - Grâce à la respiration relaxante.
- Retrouver le calme rapidement, lors d'un gros coup de stress
 - Au moyen d'une technique de respiration spécifique.
- Parvenir à rebooster et à ressourcer les aide-ménagères
 - Grâce à la micro-sieste ainsi qu'une technique de respiration dynamisante.



AU PROGRAMME

Un brainstorming en petits groupes, mettant en lumière les expériences, visions et ressources personnelles pour que les aide-ménagères puissent faire face au stress.

La mise en pratique d'un ensemble de techniques de respiration et de relaxation facile à mettre en œuvre avant, pendant et après une prestation chez un client.

Tout est mis en œuvre pour que ce moment leur soit agréable et relaxant tout en étant interactif !



Job'Act
Charline Gavroy



+32471104146



info@jobact.be



Ces formations peuvent être commandées directement auprès du formateur. Dans ce cas, elles seront payantes.



Informations Form TS

Info et inscriptions

www.form-ts.be



A SAVOIR

- La communication doit être claire et précise : le sujet, le contenu et le lieu de la formation doivent être transmis aux participantes.
- La ponctualité et le respect des horaires sont importants. Les départs anticipés seront par ailleurs toujours refusés.
- La participante doit maîtriser suffisamment le français pour que l'apprentissage soit de qualité. Il s'agit de formations où elle doit interagir avec ses pairs. Nous n'acceptons pas la présence d'une collègue pour la traduction.
- La présence du personnel encadrant n'est pas autorisée.



SUBSIDES

- Ces formations sont organisées par Form TS dans le cadre de projets (elles sont toutefois animées par des formateurs externes).
- Ces formations sont gratuites :
 - la mention 0€ apparaît dans la rubrique "prix";
 - la charge salariale est récupérable auprès des Fonds de formations régionaux dans la limite de votre budget.
- Ces formations n'entrent pas en ligne de compte pour un remboursement dans le cadre des subsides pour les nouveaux travailleurs.



ABSENCES

- En cas d'absence injustifiée, un *no show fee* (facturation pour absence injustifiée) de 75€ par personne sera réclamé. Vous pouvez très facilement éviter ce *no show fee* en gérant activement vos inscriptions et les éventuelles annulations.
- Comment ?
 - Jusque 7 jours calendrier avant la formation, annulez sa participation grâce au lien repris dans la confirmation de l'inscription.
 - Dans les 7 jours calendrier avant la formation/l'événement : transmettez-nous un justificatif d'absence par mail à info@form-ts.be.
 - Les seules absences pouvant être justifiées sont : une maladie débutant dans les 7 jours calendrier avant la formation, l'hospitalisation d'un proche ou un enterrement. Dans tous les autres cas, un *no show fee* sera facturé. Form TS vous enverra une note de débit, par mail. La note de débit est à régler dans les 30 jours calendrier.

* Pour des raisons d'ergonomie de lecture, ce document n'est pas rédigé en écriture inclusive mais il s'adresse néanmoins tant aux hommes qu'aux femmes, ainsi qu'aux personnes non-binaires.



LISTE DES FORMATIONS



A l'intention des aide-ménagères

Nom :

Prénom :

Merci de cocher deux formations susceptibles de vous intéresser

LE STRESS ? Apprenons à le reconnaître et à l'appivoiser !
.....

ERGONOMIE (les 10 commandements)
.....

1ER SECOURS : le secourisme au quotidien
.....

Trouver sa MOTIVATION au jour le jour, se connaître et comprendre l'autre
.....

Prévention des accidents
.....

PEPS & SANTE, grâce à une alimentation simple et équilibrée
.....

Identité numérique
.....

Remettez ce document à votre responsable qui vous informera de la suite