



STATISTIQUES :

Nombre de personnes formées : 0

Taux de satisfaction : à venir

Taux d'atteinte des objectifs : à venir

L'Addiction aux Ecrans

Cette formation a pour but d'apporter aux apprenants des connaissances pour comprendre le phénomène d'addiction et des outils pour commencer à maîtriser leur propre consommation des écrans.



Public et prérequis :

- de 6 à 20 apprenants
- Être parent, accompagnant d'enfant (jusqu'à 14 ans), ou travailler dans l'enfance (dirigeant, salarié ou TNS)
- Être francophone, pas prérequis techniques



Objectifs de la formation :

- Définir l'addiction et son impact sur le cerveau
- Identifier les limites de l'utilisation des écrans
- Adapter la consommation d'écran
- Expérimenter les alternatives aux écrans



Méthodes et Outils pédagogiques :

- Apports théoriques et pratiques en présentiel
- Exercice pratique individuel
- Échange d'expériences et de pratiques

Modalités et délai d'accès :

- Contactez-nous par mail ou téléphone
- Délai : date sous 2 à 8 semaines après signature et selon le mode de financement

Tarif :

Inter : 130 euros nets

Intra : à partir de 780 nets – devis sur demande



Durée :

- Nombre d'heures : 4H
- Nombre de jour : demi-journée



Contenu de la formation :

- Définition de l'addiction
- Mécanisme de l'addiction sur le cerveau
- Témoignages des participants
- Tutos & Outils pour adapter concrètement sa consommation



Modalités d'évaluation :

- QCM de contrôle des connaissances
- Evaluation de la formation par le stagiaire
- Attestation de fin de formation

Formateur(s) :

Rémy Tanner, formateur en qualité de vie au travail



Accessible aux personnes en situation de handicap

Référente handicap :

Anaïs Tanner 06 58 30 28 77