



Formation Tabac et performance

Durée : pour chaque salarié, un bilan individuel de 1h suivi de 4 sessions bimensuelles de 30 minutes, en visioconférence.

Option de prolongation de la formation par 3 sessions mensuelles de 30 minutes.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne – sans aucune restriction, y compris les personnes en situation de handicap* – dont la santé physique peut être impactée par le travail.

OBJECTIFS

Comprendre les risques liés à la dépendance au tabac
Identifier ses dépendances émotionnelles et comportementales
Apprendre à limiter ou stopper la consommation de tabac dans ces contextes et moments jusqu'à l'ancrage au quotidien

PÉDAGOGIE

Parcours personnalisé en lien avec les problématiques et les objectifs définis lors du bilan initial.
Ancrage des recommandations dans les habitudes quotidiennes.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Remise d'un livret (carnet de bord) complété au long de la formation.

INTERVENANT

Psychologue spécialisé en addictologie ou tabacologie.

VALIDATION

Validation des acquis et de leur application au quotidien lors de chaque session avec le psychologue.

TARIFS

À partir de 325 euros HT par salarié (en fonction des options)



FORMAT

Suivi individuel en visioconférence



PRÉREQUIS

Aucun



EFFECTIFS

À partir d'un salarié



MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Formation possible à tout moment de l'année à compter de la signature du devis

Mise à jour : 2 octobre 2023

Pour plus d'informations et pour un devis personnalisé :

✉ contact@zcsante.com

☎ 06 76 29 51 01

zcsanté
à chacun sa prévention