

# Savoir s'adapter à son environnement

**« Dans un environnement qui change,  
il n'y a pas de plus grand risque  
que de rester immobile. »**

Jacques Chirac

Nos environnements de travail sont en perpétuels changements et nous devons sans cesse nous adapter à de nouvelles conditions de travail.

Or, l'individu pour bien travailler doit se sentir en sécurité et à l'aise dans son poste de travail. Il est donc essentiel pour le salarié aujourd'hui d'apprendre à :

- Trouver sa place et son équilibre dans les nouveaux environnements de travail
- Développer des éco-comportements au travail
- S'adapter aux mutations de l'environnement et se réapproprié l'espace

Cette formation d'une journée vous permettra grâce à une immersion dans la nature et une action de pêche de comprendre les liens entre l'homme et son environnement, d'appréhender les facteurs sécurisants et bloquants d'un biotope et enfin, de comprendre comment se mettre au quotidien en phase avec ce qui vous entoure.

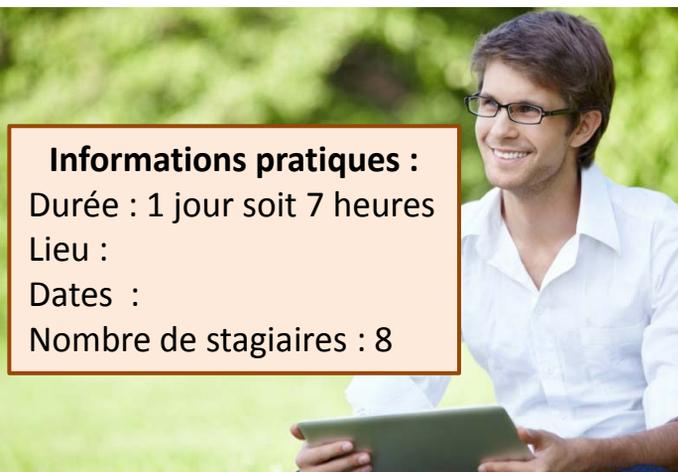


# Programme de formation



## 2. Mode d'emploi pour s'adapter à son environnement

- ✓ De l'importance psychologique pour l'individu de respecter des équilibres de vie
- ✓ Comment mettre en place un espace de travail favorisant au quotidien la sérénité physique, morale et intellectuelle ?
- ✓ Techniques pour vivre plus sereinement les mutations de son environnement



### Informations pratiques :

Durée : 1 jour soit 7 heures

Lieu :

Dates :

Nombre de stagiaires : 8

## 1. Pourquoi et comment être en phase avec son environnement ?

- ✓ L'individu et son environnement de travail : quelles articulations ?
- ✓ De la compréhension des enjeux environnementaux
- ✓ Check-list de l'ergonomie de votre espace de travail
- ✓ Comment respecter l'environnement au quotidien en entreprise ?

**Atelier : nos gestes quotidiens en entreprise pour le respect de l'environnement**



**Action de pêche en nature : perception de ce qui nous entoure et des incidences sur nos comportements**