

Programme de la formation

ADOPTER DES ÉCO-GESTES EFFICACES AU TRAVAIL

formation e-learning

Présentation :

La transition écologique se joue aussi dans les gestes du quotidien au travail. Contrairement aux idées reçues, les éco-gestes ne sont pas symboliques lorsqu'ils sont bien choisis : ils peuvent avoir un impact réel, mesurable et durable, surtout lorsqu'ils deviennent collectifs.

Cette formation e-learning permet de comprendre quels éco-gestes sont réellement efficaces, où se situent les principaux leviers d'action au bureau et comment transformer des gestes individuels en habitudes collectives durables, sans contrainte ni culpabilisation.

Elle donne des clés concrètes pour réduire le gaspillage, améliorer l'organisation et renforcer le bon sens au travail.

Objectifs de la formation :

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Comprendre ce qu'est un éco-geste réellement efficace
- Identifier les leviers d'action concrets au travail
- Comprendre l'impact des éco-gestes lorsqu'ils sont adoptés collectivement
- Agir sur les principaux postes du quotidien : énergie, déplacements, papier et usages courants
- Comprendre comment installer des habitudes durables sans contrainte
- Donner du sens aux gestes du quotidien dans une démarche collective

En 2025 :

xxx stagiaires en formation
100% de satisfaction

Bénéfices pour les participants :

- Identifier les éco-gestes réellement utiles
- Réduire le gaspillage sans effort excessif
- Transformer des gestes individuels en habitudes collectives
- Améliorer l'organisation et le confort de travail
- Agir concrètement, sans culpabilisation, dans la durée

Pour toute inscription, contactez-nous !

Adresse mail : bbtformation@gmail.com

Téléphone : 05.34.60.51.69

Site : www.campusbbt.com



Programme :

Les éco-gestes : petits gestes, vrais impacts :

- Comprendre ce qu'est un éco-geste réellement efficace et pourquoi tous ne se valent pas
- Identifier l'effet cumulatif des gestes du quotidien lorsqu'ils sont adoptés collectivement

Énergie et bureau : là où on peut vraiment agir :

- Identifier les principaux postes de consommation d'énergie au bureau
- Comprendre comment réduire les gaspillages énergétiques par des réglages et des usages adaptés

Se déplacer autrement dans le cadre professionnel :

- Comprendre l'impact des déplacements professionnels et les leviers pour le réduire
- Identifier des alternatives plus sobres : éviter, regrouper, mutualiser et optimiser les déplacements

Moins de papier, moins de gaspillage, plus de bon sens :

- Identifier les causes des impressions inutiles et les leviers pour les réduire
- Adopter des pratiques plus sobres sur l'usage du papier et des consommables

Quand les gestes individuels deviennent collectifs :

- Comprendre comment des gestes individuels deviennent des normes collectives
- Identifier les facteurs clés du passage à l'échelle : règles simples, environnement, exemplarité

Installer des habitudes durables sans contrainte :

- Comprendre les mécanismes d'installation des habitudes dans le travail quotidien
- Identifier les leviers pour rendre les éco-gestes simples, automatiques et durables



Public concerné :

- Salariés et collaborateurs tous secteurs confondus
- Managers et encadrants
- Nouveaux entrants en entreprise
- Toute personne souhaitant agir concrètement pour réduire les impacts au travail



Prérequis :

- Aucun prérequis
- Aucune connaissance préalable en transition écologique n'est nécessaire



Format et Modalités :

- Formation 100 % e-learning
- Accès via une plateforme en ligne sécurisée
- Formation accessible 24h/24 et 7j/7
- Rythme libre, à suivre à son propre rythme
- Durée totale estimée : 3 heures



Accessibilité :

- Formation accessible aux personnes en situation de handicap
- Adaptations possibles sur demande



Tarifs :

Pour les particuliers : 120€ TTC
Pour les professionnels : sur devis



Méthodes pédagogiques :

- Modules vidéo courts et structurés
- Contenus vulgarisés et illustrés
- Exemples concrets issus du monde professionnel
- Quiz interactifs
- Synthèses pédagogiques en fin de module



Évaluations et attestations :

- Quiz de validation des acquis en fin de parcours
- Auto-évaluation des connaissances
- Attestation de fin de formation délivrée après validation

Format et Modalités :

- Formation 100 % e-learning
- Accès via une plateforme en ligne sécurisée
- Formation accessible 24h/24 et 7j/7
- Rythme libre, à suivre à son propre rythme
- Durée totale estimée : 3 heures

Tarifs :

Pour les particuliers : 120€ TTC

Pour les professionnels : sur devis

Public concerné :

- Salariés et collaborateurs tous secteurs confondus
- Managers et encadrants
- Nouveaux entrants en entreprise
- Toute personne souhaitant agir concrètement pour réduire les impacts au travail

Prérequis :

- Aucun prérequis
- Aucune connaissance préalable en transition écologique n'est nécessaire

Méthodes pédagogiques :

- Modules vidéo courts et structurés
- Contenus vulgarisés et illustrés
- Exemples concrets issus du monde professionnel
- Quiz interactifs
- Synthèses pédagogiques en fin de module

Évaluations et attestations :

- Quiz de validation des acquis en fin de parcours
- Auto-évaluation des connaissances
- Attestation de fin de formation délivrée après validation

Accessibilité :

- Formation accessible aux personnes en situation de handicap
- Adaptations possibles sur demande

**Bénéfices pour les participants :**

- Identifier les éco-gestes réellement utiles
- Réduire le gaspillage sans effort excessif
- Transformer des gestes individuels en habitudes collectives
- Améliorer l'organisation et le confort de travail
- Agir concrètement, sans culpabilisation, dans la durée