

*Votre partenaire pour une  
meilleure qualité de vie au travail*



**CENTRE RÉGIONAL D'ACTIONS ET DE  
FORMATION SPORT ET SANTÉ**

1-3 RUE LÉOPOLD SÉDAR SENGHOR  
CAMPUS EFFICIENCE  
14460 COLOMBELLES

**02.31.15.69.19**  
contact@craf2s.fr

**CRAF2S.FR**

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE - SIRET 52037450500037 - Impression : Nil

*Déployer nos forces  
au service de vos  
ambitions*

*Ils nous ont fait confiance,*



*Un projet de formation ? Contactez-nous !*

**Sébastien MONNIER**

**Votre conseiller en formation**

**06.37.90.40.84 - 02.31.15.69.19**

competences@craf2s.fr



**CENTRE RÉGIONAL D'ACTIONS ET DE FORMATION SPORT ET SANTÉ**  
Normandie - Colombelles (14)



## QUI SOMMES-NOUS ?



Organisme de formation, le **CRAF25** est situé à Colombelles en Normandie. Fort de **10 ans d'expérience** dans la formation aux **métiers du sport**, nous intervenons également auprès des entreprises et collectivités sur des questions de **qualité de vie au travail**.

### Vos ambitions

#### ÉTABLIR UN PLAN DE FORMATION

- ✦ Conforme à la réglementation de votre secteur professionnel
- ✦ Adapté à votre activité
- ✦ Qui maintient la vitalité de votre entreprise et booste vos salariés
- ✦ Par un plan de financement approprié

### Notre mission

#### DÉPLOYER NOS FORCES AU SERVICE DE VOS AMBITIONS

- ✦ Plan de formation globale
- ✦ Formations thématiques
- ✦ Formations sur-mesure
- ✦ Accompagnement sur les dispositifs de financement pour les dirigeants

## FORMULE FORMATION GLOBALE

*Vous souhaitez.*

- ✦ Une approche pluridisciplinaire permettant l'amélioration et la préservation de la santé et de la qualité de vie de vos salariés.

En s'appuyant sur une équipe de consultants formateurs pluridisciplinaires, nous proposons des concepts de formation complets et adaptés pour une prise en charge globale de vos équipes (Ergonomes, diététicien ergothérapeute, sophrologue, éducateur sportif Sport Santé etc.)

## FORMULE SUR-MESURE

*Vous souhaitez.*

- ✦ Mettre en place des actions de formations en lien avec la santé au travail
- ✦ Former le personnel de votre entreprise
- ✦ Inscrire des étapes de formation dans un véritable plan de prévention

Nous vous aidons à construire pas à pas votre projet de prévention santé au travail. De la planification des actions aux outils de diagnostic, en passant par la détermination des objectifs et des démarches de financement, nous travaillons avec vous afin d'assurer la pérennisation de votre projet.

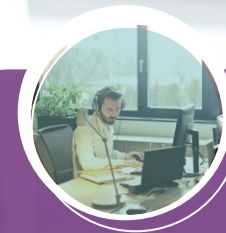
## NOS FORMATIONS THÉMATIQUES



### MAINTIEN DU CAPITAL SANTÉ PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

**2 JOURS 14 HEURES**

Une formation pour comprendre les **bénéfices liés à l'amélioration de la condition physique opérationnelle** et à l'augmentation des défenses immunitaires.



### TRAVAIL SUR ÉCRAN ADOPTER UNE BONNE POSTURE

**1/2 JOUR 3.5 HEURES**

Une formation pour **comprendre et prévenir les TMS en lien avec le travail sur écran**. Pouvoir prévenir le capital santé et agir sur l'environnement de travail direct.



### PRÉVENTION DU MAL DE DOS

**2 JOURS 14 HEURES**

Une formation pour apprendre à **limiter l'impact traumatologique de postures** pour les employés administratifs ou de situations de manutentions accidentogènes.



### ÉCHAUFFEMENTS AU POSTE DE TRAVAIL

**2 JOURS 14 HEURES**

Une formation pour **mieux appréhender l'impact du manque d'anticipation de la charge de travail, des conditions climatiques et des facteurs externes sur les arrêts de travail**.

### Autres thématiques

TMS, RPS, gestes et postures  
Rythme de travail et gestion de l'alimentation, du sommeil etc.