



Formation Ergonomie : Gestion des efforts et du stress pour la culture de PPAM

Mercredi 6 Avril 2022 à Beauvène (07)

Objectifs pédagogiques

- Permettre d'appréhender le travail de la terre et de la cueillette de manière simple, pragmatique et détendue en limitant les efforts et développant nos capacités réelles.
- Utiliser des méthodes alternatives issues des arts martiaux pour gérer les efforts et le stress.
- Redonner goût au travail de la terre sans s'épuiser.

Public visé

Producteurs installés, en PPAM et du massif Velay Vivarais en priorité.

Prérequis : Aucun

Intervenant : Jean-François ROUSSOT, producteur-distillateur SIMPLES installé depuis 20 ans et formateur

Lieu, Dates et Horaires

Les **6 Avril 2022 de 9h à 17h**

Chez Céline VUITTON à Avertoux, 07190 BEAUVENE

seline.vuitton@gmail.com, 06 52 20 50 10

Déroulé

Matin

Théorie : Les principes de base et la démarche - Présentation générale de la méthode de travail adaptée à l'activité des agriculteurs en adoptant des principes simples issus des techniques d'art martiaux et plus précisément l'aïkido - Le rapport à la terre et au travail physique comment le faire évoluer pour se faciliter la tâche.

Pratique : Échauffement - Expérimentation des principes de base. Application de ces principes aux tâches quotidiennes : Maniement des outils manuels de jardinage, port des charges lourdes.

Après-midi

Approfondissement de la pratique : échauffement - Application des principes aux activités de cueillette manuelle - Application de la méthode en fonction des problèmes rencontrés par chacun.

Méthodes pédagogique : Présentations théoriques des grands principes avec échanges sur les pratiques et difficultés de chacun - Exercice physique et entraînement dans une salle adaptée, avec du matériel de culture et de cueillette. **Modalités d'évaluation des acquis** : Les savoirs seront évalués au cours de la journée, notamment lors des exercices pratiques supervisés par le formateur – Un questionnaire d'auto-évaluation des acquis sera également distribué.

Modalités d'évaluation de la satisfaction : Tour de table oral en fin de journée et questionnaire de satisfaction, sur la formation et les attentes éventuelles de perfectionnement..

Financier(s)



INFOS et logistique

Durée de la formation 1 jour, 7h00

Date limite d'inscription 28/03/2022
(bulletin d'inscription en page 2)

Tarifs

Agriculteurs éligibles VIVEA → mobilisation du fond VIVEA(189€)

Producteurs SIMPLES non VIVEA → 35€

Autres publics (4 places maximum) : 70€ + adhésion au syndicat

Conditions d'accueil

Restauration Prévoir de quoi faire un repas partagé le midi

Hébergement : Le syndicat n'organise pas d'hébergement. Si besoin le gîte le plus proche est « la nature aux pattes », à Beauvène : <https://www.lanatureauxpattes.com/>

Responsable de stage :

Léa Rodier, 06 41 27 41 52 ou secretariat@syndicat-simples.org

Animatrice de la formation sur place :

Anne Lecomte - 06 99 06 33 46

Accessibilité aux personnes en situation de handicap non prévue initialement pour cette formation. Nous contacter pour évaluer la possibilité d'adaptation à votre situation.

simples

Tél. 06 71 30 58 53

contact@syndicat-simples.org

www.syndicat-simples.org





Bulletin d'inscription

Formation : Ergonomie : Gestion des efforts et du stress pour la culture de PPAM
Mercredi 6 Avril à Beauvène (07)

A retourner par courrier avant le 28 Mars à Anne Lecomte, à l'adresse suivante : rue des potagers, 43 550 ST FRONT

Les demandes COMPLETES seront gérées par ordre chronologique d'arrivée. Une confirmation d'inscription vous sera adressée par mail à réception du dossier complet

Mme – M. Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tel : em@il :

Date de naissance (si financement VIVEA)

Adhésion au syndicat SIMPLES – Si Vous n'êtes pas à jour de votre adhésion SIMPLES, merci **d'adhérer en ligne** en tant que sympathisant (20€) ou producteurs.trice sans mention SIMPLES (70€), **ou de joindre un chèque** correspondant à votre adhésion.

Coût de la formation

- Je suis éligible VIVEA : chèque de **caution de 35 € (non encaissé)**
- Je suis producteur/postulant avec mention SIMPLES et non éligible VIVEA : **35 €**
- Je suis adhérent au syndicat non éligible VIVEA , sans mention SIMPLES : **70 €**

(les chèques sont à envoyer avec ce bulletin d'inscription à l'ordre du syndicat SIMPLES)

Pièces ou Infos à fournir si financement VIVEA :

- Je cotise à la MSA depuis plus de 2 Ans → rien à fournir
- Je cotise à la MSA depuis moins de 2 Ans → Merci de fournir une Attestation de « régularité de situation au regard du fond d'assurance de formation VIVEA » délivrée par la MSA

Je m'engage à participer à cette formation. En cas de désistement de force majeure, j'informerai le syndicat dès que possible.

Date et signature :