

Formation



# Apprendre à maîtriser son vertige

NOUVEAU !!

Pourquoi cette formation ?



Savoir appréhender la hauteur pour limiter les risques et gagner en aisance et assurance lors de travaux liés à l'activité agricole (taille d'arbres têtards sur une nacelle, réfection de bâtiments agricoles, nettoyage de cellules à grains, nettoyage de toit, etc.) ou à la vie de tous les jours (changer une ampoule, etc.)

Jeudi 29 février  
9h – 17h



Vendée (85)  
Lieu à définir



Intervention de l'association Escapades Branchées  
<https://escapades-branchees.fr/>



## AU PROGRAMME

Différents ateliers de travail possibles, selon les attentes des participant·es, pour appréhender la hauteur, travailler l'équilibre, les sensations et prendre confiance en soi et en l'autre :

- Monte encordé à un arbre en auto-assurage, à son rythme
- Grimpe avec un assureur
- Franchir des frontières entre deux arbres
- Grimpe sensorielle (les yeux bandés) ...

## INFORMATIONS ET INSCRIPTION

Tiphaine TERRES – 07 76 05 94 55  
grapea:civam85@gmail.com

Journée financée par :

