

Accéder aux ressources d'autoformation « Toutapprendre » depuis le portail des bibliothèques d'Agglopolys

Les bibliothèques d'Agglopolys proposent les ressources de « Toutapprendre », une plateforme d'autoformation en ligne tout public (loisirs, scolaires, étudiants, préparation aux concours). Cours, formations et didacticiels pour s'initier ou approfondir ses connaissances dans différents domaines :

- **Bureautique** : bases de données, dactylo, développement web, initiations à l'informatique, Internet, messagerie, programmation, traitement de texte, systèmes d'exploitation, travail collaboratif
- **Code et permis de conduire**
- **Développement personnel** : management, bien-être, santé, relationnel
- **Langues** : langues du monde, langues régionales et Français Langue Étrangère (FLE)
- **Multimédia** : 3D, CAO, art de vivre numérique, design, développement web, programmation, vidéo, audio, retouche d'image, photographie
- **Musique** : solfège, initiations instrumentales
- **Remise à niveau pour adulte** : langues, arts, droit, économie, français, histoire, géographie, mathématiques, physique-chimie, SVT (du cours moyen aux concours)

L'offre

L'accès aux ressources de « Toutapprendre » est en illimité. Il est réservé aux abonnés des bibliothèques d'Agglopolys. Il se fait uniquement par *streaming* (lecture en ligne), à distance de chez vous ou sur place dans les bibliothèques.

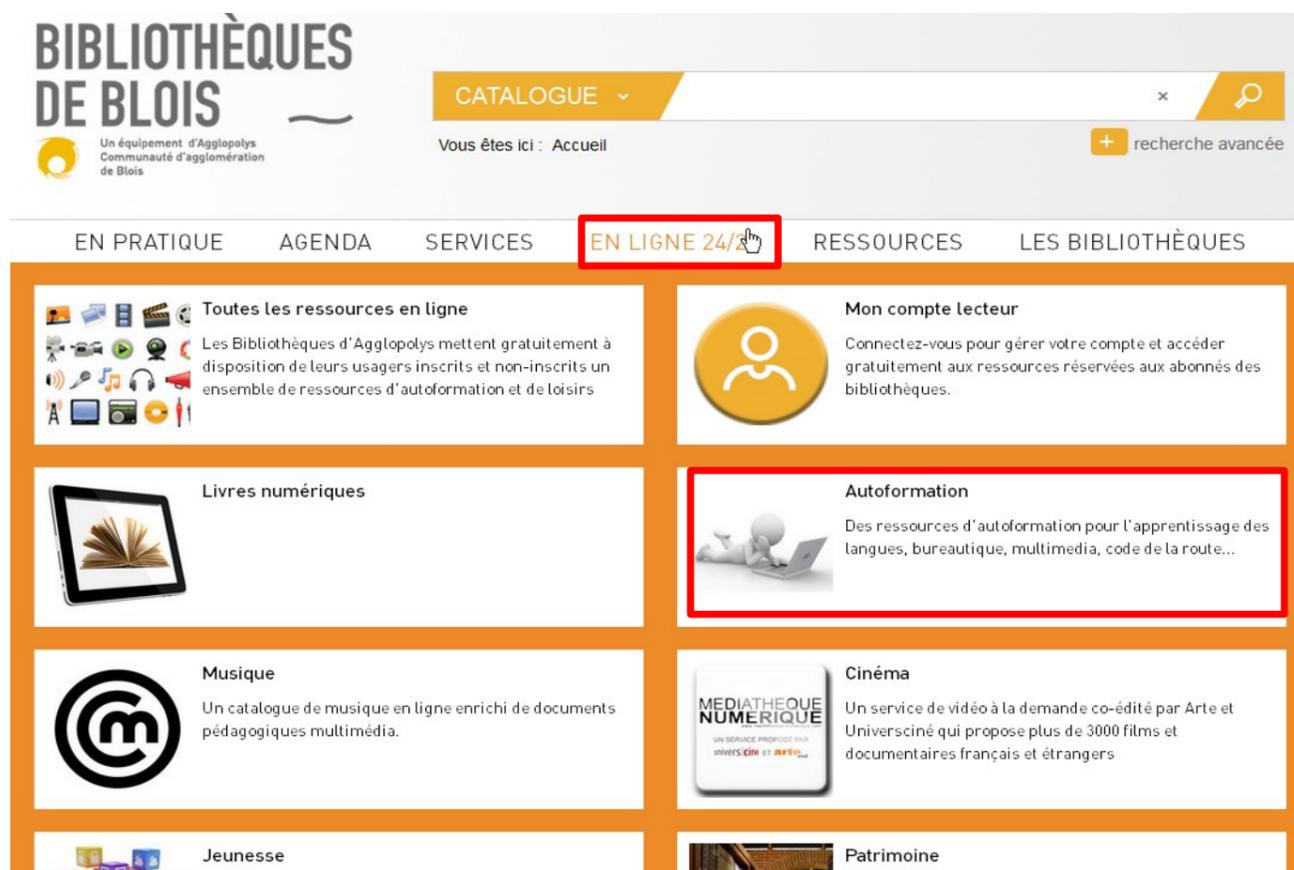
Table des matières

Rechercher une ressource « Toutapprendre » sur le portail des bibliothèques d'Agglopolys.....	2
Accéder à une ressource « Toutapprendre ».....	5

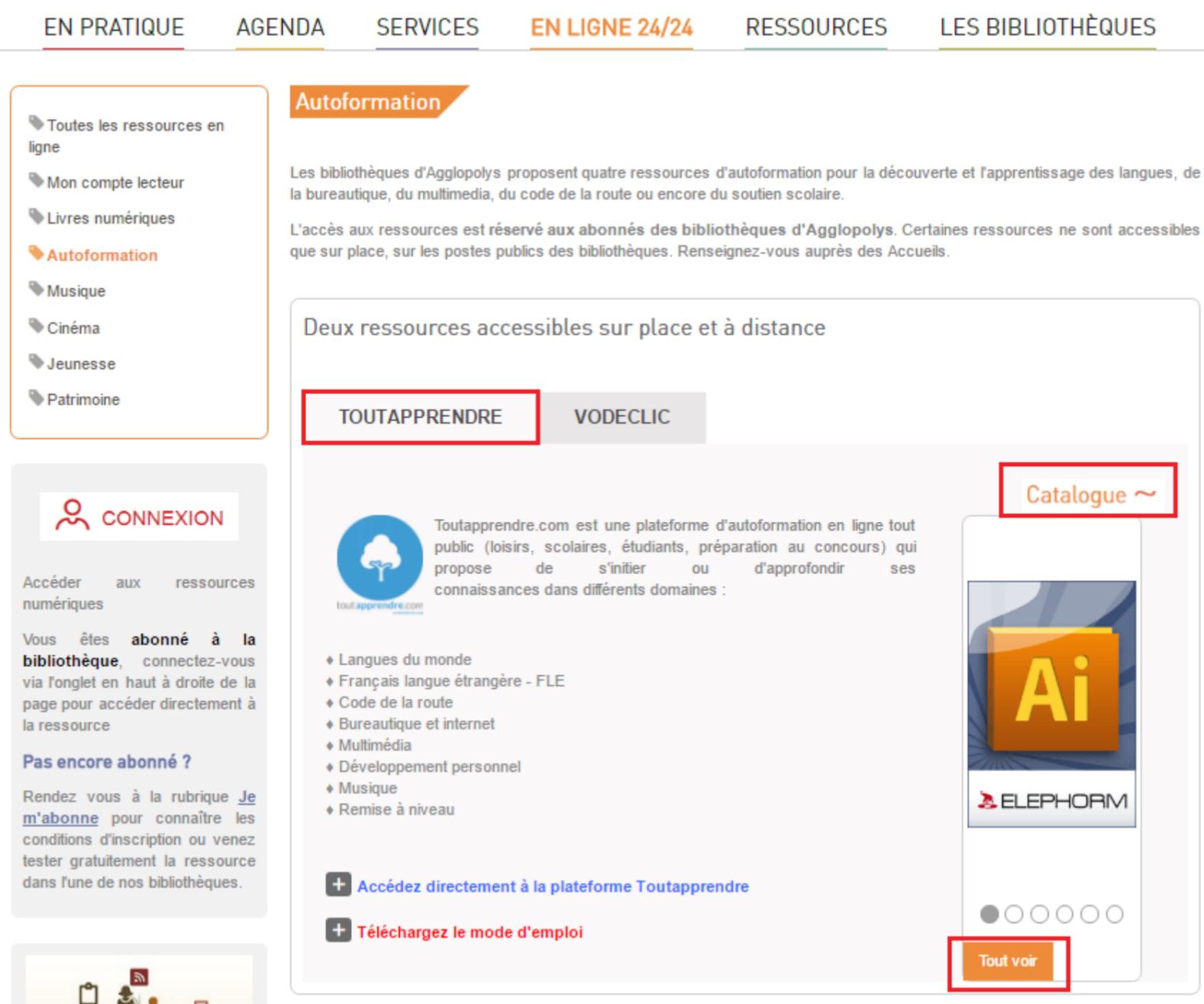
Rechercher une ressource « Toutapprendre » sur le portail des bibliothèques d'Agglopolys

Plusieurs possibilités :

1) Accès rapide à tout le catalogue par le menu « En ligne 24/24 », en cliquant sur la rubrique « Autoformation ».



Sur la page « Autoformation », cliquez ensuite sur « Tout voir » pour visualiser le catalogue complet des ressources disponibles.



2) Accès direct par le catalogue si vous recherchez un sujet en particulier. Tapez votre demande dans la barre de recherche (par exemple : stress au travail), puis sélectionnez à gauche dans la facette « En ligne 24/24 » la catégorie « Toutapprendre ».

BIBLIOTHÈQUES D'AGGLOPOLYS
Un réseau de la Communauté d'agglomération de Biols

RECHERCHE stress au travail

Vous êtes ici : Accueil / Résultats de la recherche

recherche avancée

EN PRATIQUE AGENDA SERVICES EN LIGNE 24/24 RESSOURCES LES BIBLIOTHÈQUES

Affinez votre recherche

TYPE DE DOCUMENT

- Documentaire 25
- CD 1
- Film documentaire 1
- Roman 1
- EN LIGNE 24/24**
- ToutApprendre 7
- Médiathèque Numérique 3

AUTEUR

- Clot, Yves 2
- Gollac, Michel 2
- Albert, Éric 1
- Arbouch, Philippe 1
- Askenazy, Philippe 1
- Assayas, Michka 1
- Baumann, François 1

Résultats de la recherche

Ma recherche : stress au travail

Résultats 1 - 10 / 39

Tri : Pertinence

LE STRESS AU TRAVAIL
Livres | Légeron, Patrick | O. Jacob, 2001
Malgré l'embellie économique, les causes du stress sont de plus en plus nombreuses à tel point qu'il met souvent en péril la santé physique et morale des individus. Des audits sont effectués dans les entreprises pour en prendre la...

Plus d'infos

nouveau tag

Disponible

COMMENT DEVENIR UN BON

Les ressources numériques sont signalées par la mention « Consultable en ligne »

EN PRATIQUE AGENDA SERVICES EN LIGNE 24/24 RESSOURCES LES BIBLIOTHÈQUES

Affinez votre recherche

EN LIGNE 24/24

- ToutApprendre 7

SUJET (MOTS CLÉS)

- Développement Personnel 7

EDITEUR

Résultats de la recherche

Ma recherche : stress au travail ToutApprendre

Résultats 1 - 7 / 7

Tri : Pertinence

LUTTER CONTRE LE STRESS AU TRAVAIL - PATRICK LEGER...
Formation en ligne | Toutapprendre
PRÉVENIR LE BURN OUT ET DÉVELOPPER LE BIEN ÊTRE Le travail n'est pas qu'un « mal nécessaire », c'est aussi un facteur essentiel d'épanouissement. L'être humain a besoin de travailler pour vivre. Mais attention, dans certaines condit...

Plus d'infos

Consultable en ligne

Consulter le document

3) Accès direct à la plateforme Toutapprendre. Sur la page « Autoformation », cliquez sur « Accédez directement à la plateforme Toutapprendre ».

[EN PRATIQUE](#) [AGENDA](#) [SERVICES](#) **[EN LIGNE 24/24](#)** [RESSOURCES](#) [LES BIBLIOTHÈQUES](#)

- Toutes les ressources en ligne
- Mon compte lecteur
- Livres numériques
- Autoformation**
- Musique
- Cinéma
- Jeunesse
- Patrimoine

Autoformation

Les bibliothèques d'Agglopolys proposent quatre ressources d'autoformation pour la découverte et l'apprentissage des langues, de la bureautique, du multimedia, du code de la route ou encore du soutien scolaire.

L'accès aux ressources est réservé aux abonnés des bibliothèques d'Agglopolys. Certaines ressources ne sont accessibles que sur place, sur les postes publics des bibliothèques. Renseignez-vous auprès des Accueils.

Deux ressources accessibles sur place et à distance

TOUTAPPRENDRE
VODECLIC

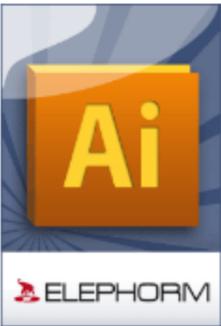


Toutapprendre.com est une plateforme d'autoformation en ligne tout public (loisirs, scolaires, étudiants, préparation au concours) qui propose de s'initier ou d'approfondir ses connaissances dans différents domaines :

- ♦ Langues du monde
- ♦ Français langue étrangère - FLE
- ♦ Code de la route
- ♦ Bureautique et internet
- ♦ Multimédia
- ♦ Développement personnel
- ♦ Musique
- ♦ Remise à niveau

+ Accédez directement à la plateforme Toutapprendre
+ Téléchargez le mode d'emploi

Catalogue ~



● ○ ○ ○ ○ ○

Tout voir

Vous accédez au site de la ressource. Vous pouvez choisir un cours, une formation ou un didacticiel à partir du panneau de gauche. Puis cliquez sur « Accéder au cours ».



Agglopolys

Communauté d'agglomération de Blois



Bienvenue | DECONNEXION

MES COURS SUIVIS | [NOUS CONTACTER](#) | [FAQ](#)

OK

- Bureautique (158)
 - Bases de données / Access (17)
 - Dactylo (1)
 - Développement Web / Mobile (1)
 - Initiation à l'informatique (3)
 - Internet (3)
 - Messagerie / Outlook (19)
 - OpenOffice (10)
 - Présentation / Powerpoint (22)
 - Suite bureautique (1)
 - Système d'exploitation (21)
 - Tableur / Excel (28)
 - Traitement de texte / Word (29)
 - Travail collaboratif (3)
- Code & Permis (3)
 - Code & Permis (3)
- Développement personnel (77)
 - Développement relationnel (21)
 - Manager (1)
 - Ressources Humaines (3)
 - RH - Bien-être (1)
 - Santé - Bien-être (11)
 - Vivre mieux (40)
- Langues (246)
 - Europe (90)
 - Afrique (33)
 - Amérique (13)
 - Asie (53)

Développement personnel

Santé et bien-être: découvrez nos cours animés par des auteurs de renommée mondiale!

RESSOURCES HUMAINES



Décoller l'emploi qui me va - Patrice Ras

Durée : 1 heure 47

Compatibilité :

[En savoir plus](#)

ACCÉDER AU COURS



Mettez l'optimisme au cœur de votre entreprise - Jean-Philippe Ackermann

Durée : 1 heure

Compatibilité :

[En savoir plus](#)

ACCÉDER AU COURS



Négocier avec succès au quotidien - Lionel Bellenger

Durée : 95 minutes

Compatibilité :

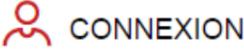
[En savoir plus](#)

ACCÉDER AU COURS

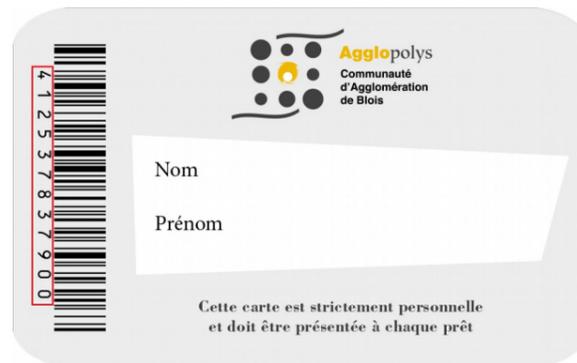
Accéder à une ressource « Toutapprendre »

1) Identifiez-vous avec votre compte lecteur

Cliquer sur "Connexion" en haut à droite de la page. Saisir votre identifiant et votre mot de passe :



L'identifiant de votre compte est le numéro à 12 chiffres qui se trouve sous le code barre de votre carte de lecteur (exemple : 412537837900).



Votre mot de passe est constitué des 8 chiffres de votre date de naissance au format JJMMAAAA (exemple : 05091978 pour une personne née le 5 mai 1978).

Cliquez sur « ok ». Vous êtes connecté (votre nom s'affiche en haut à droite du site).

2) Comme expliqué en page 3, vous pouvez accéder directement à la plateforme « Toutapprendre ». Si vous recherchez un document à partir du catalogue, cliquez sur la notice puis sur « consulter le document ».

← 1 / 7 →

Lutter contre le stress au travail - Patrick Legeron
Formation en ligne
 Edité par Toutapprendre

Consulter en ligne
 > Consulter le document

RÉSUMÉ **DESCRIPTION**

PRÉVENIR LE BURN OUT ET DÉVELOPPER LE BIEN ÊTRE
 Le travail n'est pas qu'un « mal nécessaire », c'est aussi un facteur essentiel d'épanouissement

☆☆☆☆☆
 0 avis

3) Un nouvel onglet ouvre le site de « Toutapprendre » sur la formation choisie. Vous pouvez suivre l'ensemble de la formation qui se présente sous forme de vidéo-conférence et d'exercices, ou choisir le chapitre qui vous intéresse en sélectionnant un module sur le côté gauche de l'écran.

LUTTER CONTRE LE STRESS AU TRAVAIL - PATRICK I LIVRET À TÉLÉCHARGER **POSEZ VOTRE QUESTION A LA COMMUNAUTE** **J'aime 8 K** **AIDE** **FAQ**

Lutter contre le stress au travail
 PRÉVENIR LE BURN OUT ET DÉVELOPPER LE BIEN ÊTRE
 PATRICK LEGERON

Introduction **Module 01** 4:43

Quizz 3 questions
 Avez-vous bien assimilé ce chapitre ? faites le test !

- Chapitre 1** Les enjeux du stress au travail
- Chapitre 2** Les connaissances sur le stress
- Chapitre 3** Les sources du stress professionnel
- Chapitre 4** La prévention du stress dans l'entreprise
- Chapitre 5** Les stratégies de...

Weelearn
 Regardez - Apprenez

Module 01

Qualité de la vidéo
 Démarrer / Arrêter la vidéo
 Augmenter / diminuer le son
 Changer de chapitre
 Fullscreen (plein - écran)

00:47 01:38