



## Programme de la formation

### Sensibilisation aux risques psychosociaux

 Mixte sur site et à distance

 14 heures sur 2 jour(s)

 Salarié en poste, Demandeur d'emploi, Particulier, Indépendant et dirigeant, Agent de la fonction publique · 3 participants minimum

 À partir de 600 € Net de taxe par participant

#### Description courte

Dans le contexte actuel, la prise en compte des risques psychosociaux (RPS) devient indispensable pour les entreprises.

C'est un véritable enjeu pour l'engagement des salariés et la performance de l'entreprise.

Au delà des coûts directs liés à l'absentéisme, aux risques de gestion de situations d'inaptitude, les contextes dégradés de RPS, c'est aussi la démotivation des personnels, des difficultés à conduire des changements, des conflits qui se multiplient (ANACT) ...

**Une formation qui intègre en outre des méthodes de relaxation issues de la sophrologie.**

Les managers pourront les utiliser au fil de l'eau en parallèle de l'apport plus théorique de la formation pour maintenir le cap et accroître leur productivité. Et cela, dans le respect de leur bien-être et de celui de leurs collaborateurs.

#### Profil des participants

Toute personne impliquée dans la prévention des risques psychosociaux. Dirigeants et managers, responsables Santé-Sécurité au Travail, préventeurs, Président et membre du CSE.

#### Prérequis

Aucun

#### Objectifs

Sensibiliser les managers aux risques psychosociaux et les prévenir

#### Aptitudes et compétences visées / attestées

- Comprendre ce que sont les RPS
- Savoir identifier leurs manifestations et les facteurs de risques
- Connaître la réglementation, les obligations et les responsabilités des entreprises
- Être en mesure de mettre en place une démarche prévention des RPS
- Comprendre les enjeux d'une démarche qualité de vie au travail

## Contenu

### 1. RPS : Qu'est-ce que c'est ?

- Définition des termes : RPS, travail, santé mentale au travail, stress, ...
- Cadre juridique et obligations de l'employeur
- Impact sur l'entreprise
- Manifestations
- Modèles pour comprendre (physiologique, transactionnel, causaliste ...)

### 2. Prévention : comment protéger ?

- 3 types de prévention
- Comprendre le rôle des acteurs en matière de prévention des RPS (employeur, RH et encadrement, CHSCT et délégués du personnel, médecin traitant, médecin spécialiste, médecine du travail)
- Comprendre les liens et les enjeux entre organisation du travail, état de santé des collaborateurs et performance
- Méthodes de relaxation (exercices pratiques)

### 3. Démarche d'évaluation des RPS : comment dépister ?

- Démarche d'évaluation des risques professionnels
  - Définition
  - Etapes de la démarche (préparer, identifier, classer, proposer)
  - Document unique
- Analyse « quantitative » : Outils et méthodes d'évaluation
  - Collectif ou individuel ?
- Présentation de plusieurs types de questionnaires (Karasek, Siegrist ...)
  - Avantages / inconvénients des méthodes
- Analyse qualitative des situations concrètes de travail
  - Identification facteurs de risques
  - Quelques notions d'ergonomie
- Notions sur la démarche QVT et la norme ISO 26000

### 4. Evaluation de la démarche de prévention

- Pourquoi évaluer ?
- Structure de l'évaluation
- Facteurs de succès

## Pédagogie et organisation

- Pédagogie participative
- Apports théoriques
- Remise d'un support pédagogique, d'exercices et de corrigés
- Mini exercices de relaxation tout au long de la formation

## Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

Questionnaire (taux de réponses correctes supérieur à 80%)

## Mode de validation

Remise d'une attestation de fin de formation

## Financements possibles

Formation pouvant être prise en charge dans le cadre de la formation professionnelle par votre OPCO ou tout autre acteur du financement de la formation en France.

## Modalités et délai d'accès

Immédiat

## Référent handicap

**PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP** : (*mise en place de compensation...*)

**Contact** : Référent handicap 02 51 84 95 55 / 06 28 70 45 28 / [nadiahadjeri@cadresenmission.com](mailto:nadiahadjeri@cadresenmission.com)

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

- Inter-entreprises : Dans mes locaux à Ammerschwihr (68 770), tarif par stagiaire indiqué sur la fiche, ou en salle en location (frais de location en sus)
- Intra-entreprise : Sur site, tarifs sur devis
- A distance

## Intervenant

- Consultante évaluatrice formatrice démarche QVT certifiée AFNOR
- Sophrologue Praticien RNCP, spécialisée notamment dans l'accompagnement des RPS
- 16 ans d'expérience dans l'encadrement dans les achats en grande distribution.