





## Programme de la formation

**Prévention des risques psychosociaux et Qualité de Vie au Travail**

-  En groupe sur site
-  7 heures sur 1 jour(s)
-  Salarié en poste · 10 participants maximum
-  Sur devis

**Description courte**

Une journée incontournable pour tout manager souhaitant préserver la santé de ses équipes, et faire le point sur ses pratiques managériales.

**Profil des participants**

Managers, professionnels RH

Représentants du personnel

**Prérequis**

Aucun pré-requis

**Objectifs**

1. Connaître ce que sont les **risques psychosociaux**, le stress et les facteurs de risques psychosociaux
2. Prendre conscience de l'impact des risques psychosociaux sur l'individu et sur les situations de travail
3. Identifier les manifestations du stress et du burn out
4. Connaître le cadre réglementaire des risques psychosociaux
5. Intégrer les bonnes pratiques managériales pour prévenir les risques psychosociaux
6. Savoir détecter un salarié en situation de mal-être, l'écouter et l'orienter

**Aptitudes et compétences visées / attestées**

Apprendre à préserver la santé psychologique de ses équipes et de soi-même.

Adopter des pratiques managériales sources de bien-être au travail.

**Contenu**

- **Les risques psychosociaux** : caractéristiques, facteurs.
- **Le cadre juridique des risques psychosociaux**
- **Le stress et le burn out** : définitions et mécanismes, signaux d'alerte individuels et collectifs
- **Le rôle de l'encadrement** en termes de prévention (bonnes pratiques managériales)

- Les différents **acteurs de la santé** du salarié afin de pouvoir orienter le salarié en risque de burn out

## Pédagogie et organisation

Formation dispensée en présentiel sur toute la France ou à distance.

Echanges interactifs

Repérage des indicateurs

Travail à partir de situations-problèmes

Co-construction des leviers de prévention

Jeu de rôle face à un collaborateur ayant des signes de burn out

## Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

Quiz, exercices

Jeu de rôle

Travail de groupe

## Mode de validation

Attestation de fin de formation

## Modalités et délai d'accès

- **Conditions d'accueil** : Envoi de la convocation avec programme, règlement intérieur applicable aux stagiaires et annexe « Conditions sanitaires COVID-19 ».
- **Délai d'accès** : Au plus tard 7 jours avant la date de début de la formation.

## 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

En présentiel ou en distanciel

## Intervenant

Nathalie Le Strat, psychologue du travail consultante spécialisée dans la prévention des risques psychosociaux, la Qualité de Vie au Travail et le harcèlement moral et sexuel.