



# Nous sommes tous acteurs de la qualité de vie au travail

Réf : 11010



Présentiel



FOAD

## Organisation et fonctionnement

### Mode d'organisation pédagogique :

- Présentiel en inter-entreprise
- Présentiel en intra-entreprise
- A distance (FOAD)

**Durée totale :** 14 heures

**Horaires :** 9h-12h30 et 14h-17h30

**Nombre de participants maximum :** 8

**Tarif :** donnée réservée client

**Lieu de formation :** en centre ou sur site client

**Indicateurs de résultat :** taux de satisfaction des stagiaires



Nous contacter 30 jours avant afin d'organiser au mieux la formation

## Public visé et pré-requis

**Public :** acteurs de la QVT au sein de l'entreprise

**Pré-requis :** aucun

## Objectif général

Contribuer au déploiement d'une approche QVT et à la prévention des risques psychosociaux au sein de son entreprise

## Objectifs pédagogiques

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

1. S'approprier les enjeux de la QVT et du bien-être au travail
2. Décrire le cadre légal applicable à la thématique QVT/RPS
3. Identifier son rôle parmi les acteurs de la démarche QVT et de la prévention des RPS
4. Appréhender les dangers de l'hyper-connexion
5. Définir le stress et détecter les signaux faibles afin d'agir sur les situations individuelles

## Programme pédagogique

### 1. S'approprier les enjeux de la QVT et du bien-être au travail

Définitions QVT & bien-être

ROI de la QVT et culture d'entreprise

Enjeux pour l'entreprise

Levers de la QVT (*ANACT, travail personnel*)

Le management, le télétravail (travail collectif)



## 2. Décrire le cadre légal applicable à la thématique QVT/RPS

Accord groupe QVT applicable  
Le droit à la déconnexion  
Obligations de sécurité  
Harcèlement moral et sexuel, agissements sexistes

## 3. Identifier son rôle parmi les acteurs de la démarche QVT et de la prévention des RPS

Acteurs de la QVT (*cartographie, travail personnel*)  
Rôles des acteurs (*travail personnel, travail collectif (classes scindées)*)  
Le management, le télétravail (*travail collectif*)  
Les 3 niveaux de prévention : primaire, secondaire, tertiaire (*exemples + actions, avec travail collectif*)

## 4. Appréhender les dangers de l'hyper-connexion

Le fonctionnement du cerveau  
Hyper-connexion et santé  
L'organisation du travail et le management  
La charge de travail (*prescrite, réelle*)

## 5. Définir le stress et détecter les signaux faibles afin d'agir sur les situations individuelles

Le stress et l'épuisement professionnel (*définitions, diagnostics différentiels, formations, ...*)  
Questionnaire de Karasek  
Vidéo d'un cas de surcharge de travail  
Définitions des RPS et principaux facteurs  
Les symptômes individuels et la détection des signaux faibles (*exemples et actions*)  
Présentation de cas des stagiaires (*REX*)  
Prise en charge individuelle

## Moyens pédagogiques et techniques

En présentiel	A distance (FOAD)
<p><b>Pédagogie :</b> Exposés théoriques, tests de connaissance, études de cas, vidéos, paperboard, travail en sous-groupes, QCM formatifs, échanges entre pairs et/ou avec le formateur, quizz d'évaluation final</p>	<p><b>Pédagogie :</b> Exposés théoriques, tests de connaissance, tableaux blancs, études de cas, vidéos, travail en sous-groupes avec classes scindées, QCM formatifs, échanges entre pairs et/ou avec le formateur, quizz d'évaluation final</p>
<p><b>Technique :</b> Ordinateur portable, vidéo-projecteur, pointeur laser, paperboard, post-it, papier blanc</p>	<p><b>Technique :</b> Ordinateur portable, logiciel de visio-conférence type Webex Training, Teams, Zoom, logiciels de QCM formatifs, logiciels de signature dématérialisée, logiciel d'évaluation sommative, logiciel d'évaluation de la formation (à chaud, à froid en situation de travail)</p>



## Moyens d'encadrement

Le formateur ou la formatrice en charge de l'animation de la formation, détient une expérience professionnelle de plus de 10 ans à des postes de management, et s'est spécialisé-e dans les approches QVT et RPS.

## Moyens permettant le suivi et l'appréciation des résultats

**Suivi de l'exécution** : le suivi est assuré par le contact visuel et les questionnements en cas de présentiel, et par les indicateurs de présence ou d'intégration des concepts (outils de visio-conférence, outils de signature électronique de présence, attestations de présence individuelle) en FOAD.

**Appréciation des résultats** : effectué via des questionnaires, quizz formatifs, évaluations des acquis en fin de formation, évaluation de la formation.