

Manager les RPS

Durée : 2 jours (14 heures)

PUBLIC(S) CONCERNÉ(S)

Managers en poste
Groupe de 8 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis

OBJECTIFS DE LA FORMATION

En raison de leur position au plus près des équipes, les managers jouent un rôle déterminant dans la mise en œuvre des conditions favorisant le bien-être, la coopération et la performance collective. Ils sont les acteurs clés de la qualité de vie et des conditions de travail.

À l'issue du parcours, les participants seront capables de :

- Identifier les principaux facteurs de risques psychosociaux
- Repérer les signaux d'alerte individuels et collectifs
- Adopter une posture managériale préventive
- Mettre en œuvre les actions de prévention des RPS

EVOCIME

Une formation dynamique, positive et participative pour se sentir mieux au travail et mieux coopérer avec les autres.

PROGRAMME

FORMAT

Jour 1

Durée : 07h00

JOUR 1 : RPS de quoi parle-t-on ?

1- INTRODUCTION
- Faire connaissance avec le groupe.
- Comprendre ce que veut dire “être bien au travail”.
- Icebreaker : apprendre ensemble.

2-COMPRENDRE LA NOTION DE RPS
- Principaux facteurs de risques
- Mesurer les impacts sur l’individus et l’équipe

3- LE CADRE RÉGLEMENTAIRE
- Historique des lois et des décrets
- Responsabilité des managers dans la prévention de la santé physique et mentale des salariés

4- RECONNAÎTRE LEURS ANGLES MORTS MANAGÉRIAUX
- Déconstruire les idées reçues sur les RPS.
- Apprendre à respecter les différences.
- Jeu de carte : perception vs réalité.

5- PRÉVENIR LE STRESS ET GÉRER SES ÉMOTIONS
- Appliquer deux techniques de gestion du stress. (cohérence cardiaque 365, règle des 5 sens) et les transmettre à son équipe.
- Communiquer de manière assertive et bienveillante dans des situations de tension professionnelle (méthode DESCA).

6- REPÉRER LES SIGNAUX D’ALERTE
- Les indicateurs objectifs et mesurables
- Les signes avant coureurs

7- BILAN DE LA JOURNÉE

TARIFS
Inter : 590 € HT / participant / jour
Intra : 1690 € HT / jour groupe

LIEU Rennes/Bordeaux/Lorient

CONDITIONS D’ADMISSION
Stagiaires inscrits par l’entreprise

DÉLAIS D’ACCÈS
Sessions tous les 2 mois – Planning prévisionnel sur demande.

MODALITES PEDAGOGIQUES
Présentiel
Cas pratiques
Atelier ludopédagogique
Compatible inter/intra
Adaptable aux besoins de l’entreprise

MODALITÉS D’ÉVALUATION
Quiz final

Contact :

Mme Anaïs LE GOUALLEC
alegouallec@evocime.com

Mme Maud CLEMENT
mclement@evocime.com

Tel. : 02 97 64 87 64

Référente handicap :
Pour tous besoins d’adaptation ou de compensation liés à une situation de handicap, merci de contacter notre référente Handicap & Accessibilité :
Mme Géraldine PINSON
accessibilite@groupeevocime.com
06 48 99 66 31

EVOCIME

PROGRAMME

FORMAT

Jour 2

Durée : 07h00

JOUR 2 : Adopter une posture managériale préventive

1- MES 5 FORCES DE CARACTÈRE SIGNATURE

Modèle VIA (Seligman & Peterson) — restitution individuelle — mise en lien avec sa posture managérial

2- FORCES & ANALYSE RPS

Mobiliser ses ressources propres face à une situation RPS réelle — formulation d'une action concrète ancrée dans ses forces

3- LA CONFIANCE EN ÉQUIPE

Cartographie des facteurs + et − de confiance — identification des comportements concrets à promouvoir dans son contexte

4- CASSE-TÊTE COLLABORATIF EVOCIME

Activité ludopédagogique reproductible en équipe — débriefing pédagogique et appropriation des ressorts coopératifs

5- CALENDRIER QVCT COLLECTIF 12 MOIS

Priorisation des actions J1+J2 — désignation des porteurs — fixation des échéances — formalisation du plan

6- ANIMER LE DIALOGUE SOCIAL & PRÉVENTION RPS

Prise en main du jeu de cartes "La Chaîne" et des guides d'animation — simulation d'un temps d'équipe

7- ÉVALUATION, BILAN & ENGAGEMENTS

Tour de table — un engagement par participant — évaluation à chaud

OBJECTIF TRANSVERSAL - LA DUPLICABILITÉ

À l'issue du parcours, chaque participant sera en mesure d'animer lui-même les outils vus en formation avec ses équipes, sans formateur, sans matériel complexe, sans formation complémentaire. Le jeu de cartes 'La Chaîne' est disponible à la vente (180 € HT) pour déployer la fresque QVCT en interne.

INDICATEURS 2025
Nombre de stagiaires formé.e.s : 2384
Taux de satisfaction des stagiaires : 98,3 %
Satisfaction des entreprises : 100 % des répondants
Net Promoter Score : 73,9

Mise à jour du 13/11/2026

Contact :

Mme Anaïs LE GOUALLEC
alegouallec@evocime.com

Mme Maud CLEMENT
mclement@evocime.com

Tel. : 02 97 64 87 64

Référente handicap :
Pour tous besoins d'adaptation ou de compensation liés à une situation de handicap, merci de contacter notre référente Handicap & Accessibilité :
Mme Géraldine PINSON
accessibilite@groupeevocime.com
06 48 99 66 31

EVOCIME