



Formation QVCT et prévention des RPS - Managers et RH

Démarche QVCT · Diagnostic RPS · Prévention du burn-out ·

Organisation du travail · Dialogue social



PUBLIC(S) CONCERNÉ(S)

Managers en poste
Groupe de 8 personnes maximum



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 :

- Comprendre les mécanismes des risques psychosociaux dans leur environnement professionnel,
- Mesurer leur impact économique et humain,
- Appliquer des méthodes ludiques pour développer la QVCT,
- Construire un plan d'action individuel ou collectif.



PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis

PROGRAMME

FORMAT



Jour 1

Inscription possible à la journée.

E-LEARNING AVANT LA FORMATION :

- Identifier et réguler ses émotions (15 min.)
- Détecter et prévenir le stress (15 min.)

JOUR 1 : ROI ou RPS ? Performance & sécurité : un mariage incompatible ?

1- INTRODUCTION

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

2- IDENTIFIER ET NOMMER LES CAUSES EFFETS ET CONSÉQUENCES DES RPS DANS L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

- Atelier la fresque de la QVCT, cartographie collective construite par le groupe.

3- CALCULER LE COÛT RÉEL DE L'ABSENTÉISME ET DES ARRÊTS DE TRAVAIL

- Jeu : le juste prix de l'arrêt de travail.

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 DESC).

6- CONSTRUIRE SON PLAN D'ACTION INDIVIDUEL

- Formaliser les premières briques de son calendrier de communication QVCT à partir des idées générées en formation.

7- EVALUATION ET BILAN DE LA FORMATION

TARIFS

Inter : 650 € HT / participant / jour : hors frais

Intra : 1650 € HT / jour groupe/ hors frais

LIEU Paris/Rennes/Bordeaux/Lorient

CONDITIONS D'ADMISSION

Stagiaires inscrits par l'entreprise

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Parcours Blended J1 :

- Avant le présentiel : 2 modules e-learning (0,5 h) et présentiel (6,5 h)

Parcours Blended J2 :

- Avant le présentiel : 2 modules e-learning (0,5 h) et présentiel (6,5 h)

AVANTAGE

Atelier ludopédagogique

Parcours flexible

Compatible inter/intra

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Cas pratiques

Quiz et/ou QCM

Référente pédagogique :

Stéphane BREZELLEC

sbrezellec@evocime.com

0668221713

Référente administrative :

Mme Anaïs LE GOUALLEC

alegouallec@evocime.com

Référente handicap :

Mme Géraldine PINSON

gpinson@evocime.com

06 48 99 66 31

PROGRAMME

FORMAT



Jour 2

Inscription possible à la journée.

E-LEARNING AVANT LA FORMATION :

- Promouvoir la QVCT pour prévenir les RPS (15 min.)
- Développer l'esprit d'équipe et l'ambiance au travail (15 min.)

JOUR 2 : Forces & Action : mobiliser ses ressources pour prévenir les RPS

1-MES 5 FORCES DE CARACTÈRE SIGNATURE

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

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-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.

TARIFS

Inter : 650 € HT / participant / jour : hors frais

Intra : 1650 € HT / jour groupe/ hors frais

LIEU Paris/Rennes/Bordeaux/Lorient

CONDITIONS D'ADMISSION

Stagiaires inscrits par l'entreprise

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Parcours Blended J1 :

- Avant le présentiel : 2 modules e-learning (0,5 h) et présentiel (6,5 h)

Parcours Blended J2 :

- Avant le présentiel : 2 modules e-learning (0,5 h) et présentiel (6,5 h)

AVANTAGE

Atelier ludopédagogique

Parcours flexible

Compatible inter/intra

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Cas pratiques

Quiz et/ou QCM

Référente pédagogique :

Stéphane BREZELLEC

sbrezellec@evocime.com

0668221713

Référente administrative :

Mme Anaïs LE GOUALLEC

alegouallec@evocime.com

Référente handicap :

Mme Géraldine PINSON

gpinson@evocime.com

06 48 99 66 31