



## PROGRAMME

**INTITULÉ : Prévention des Risques Psychosociaux (RPS) et Amélioration de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT)**

### OBJECTIFS

Comprendre les enjeux des risques psychosociaux (RPS) et de la QVCT.

- Identifier les facteurs de RPS dans son environnement de travail.
- Connaître les outils et leviers pour prévenir les RPS.
- Mettre en place des actions concrètes pour améliorer la qualité de vie au travail.

### CONTENU :

#### Jour 1 – Comprendre les RPS et les bases de la QVCT

**Matin :** Introduction à la santé au travail : définitions et enjeux--Panorama des risques psychosociaux :-

Stress--Harcèlement moral/sexuel--Violence au travail--Épuisement professionnel (burn-out) --Facteurs organisationnels et humains favorisant les RPS

**Après-midi :** Identifier les signaux d’alerte individuels et collectifs--Présentation du cadre légal et réglementaire (Code du travail, obligations de l’employeur) --Études de cas : analyse de situations réelles-- Gestion des nuisances et respect des normes environnementales

#### Jour 2 – Prévenir les RPS et agir pour une meilleure QVCT

**Matin :** Démarche de prévention des RPS : --Diagnostic RPS--Plan d’action--Suivi et évaluation--Rôle de la communication et du management bienveillant--Les outils de dialogue social (CSE, DUERP, enquêtes internes...)

**Après-midi :** Définir une démarche QVCT : objectifs, acteurs, outils--Leviers d’amélioration de la QVCT Aménagement du temps de travail--Reconnaissance au travail--Équilibre vie professionnelle / personnelle Climat social-- Atelier collaboratif : élaboration d’un mini plan QVCT adapté à son contexte



### Public Visé :

Managers, RH, encadrants  
Membres du CSE/CHSCT  
Salariés souhaitant s’impliquer dans une démarche QVCT

### Prérequis :

Aucun

### Durée :

2 jours (14 heures)

### Date :

A définir

**Lieu :** Notre centre de formation ou intra

### Nbre de stagiaires :

De 4 à 10

### Délais d’accès

6 semaines

## Moyens techniques et pédagogiques :

Le centre de formation dispose un espace suffisant « espace de formation » pour accueillir le nombre de stagiaires inscrits, avec chaises et tables permettant la prise de notes. Ecran de projection avec l'utilisation d'un vidéoprojecteur

## Prix :

Individuel 450 TTC  
Groupe 1800 € TTC

## SUIVI- EVALUATION :

Suivi de la formation : Emargement de feuilles de présence

- **Quiz de fin de formation**
- **Évaluation de la satisfaction**
- **Attestation de formation délivrée**

## METHODE PEDAGOGIQUE :

- Apports théoriques et pratiques
- Études de cas, mises en situation
- Travaux de groupe
- Support de formation remis aux participants

## ENCADREMENT :

La formation est assurée par un formateur qualifié.

## Accès pour les personnes en situation de Handicap (PSH) et à mobilité réduite (PMR):

Les salles de formation sont accessibles aux personnes à mobilité réduites et aux personnes en situation de handicap.

Quel que soit votre type de handicap, nous vous dirigeront vers notre référent "Handicap" afin de vous proposer la meilleure alternative.



## Modalités d'accès et contact :

L'offre de formation vous sera transmise dans un délai de 3 jour ouvré après une prise de contact par :

- **Email : [rj10formation@gmail.com](mailto:rj10formation@gmail.com)**
- **Téléphone : 09 73 18 56 46**

Les inscriptions des participants (ou les modifications des participants) peuvent se faire jusqu'à 15 jours avant le début de la formation.

Dès que les modalités sont définies, une convention vous sera envoyée pour un retour signé à l'organisme de formation. Dès réception de la convention une convocation avec les dates d'entrée en formation vous sera retourné.

**Ce programme peut être ajusté en fonction du public (managers, salariés, représentants du personnel...) et de la durée souhaitée (1 à 3 jours).**