

Fiche descriptive générique

Prévention et Sécurité

## Sensibilisation à la prévention des risques psychosociaux : agir au quotidien

*Version au 25/01/2024*



En mode Présentiel ou Distanciel suivant les dates

## **PUBLIC CONCERNÉ**

Toute personne souhaitant mieux comprendre les risques psychosociaux et acquérir les premiers moyens pour agir en prévention à son niveau.

## **OBJECTIFS - COMPÉTENCES VISÉES**

- Savoir caractériser les risques psychosociaux (particularités, conséquences, facteurs, signaux d'alerte)
- Définir son rôle et ses moyens d'actions face aux RPS
- Mettre en œuvre des actions de prévention (en particulier face au stress, au harcèlement, en situation de télétravail)
- Appliquer les actions appropriées face aux situations à risques dans son secteur
- Mettre en œuvre la bonne attitude face à un collègue en souffrance

## **PRÉREQUIS**

Cette formation ne nécessite aucune connaissance particulière préalable.

Formation accessible aux managers et collaborateurs.

Les participants sont invités à préparer des exemples concrets où ils ont été confrontés à des situations de mal-être ou de souffrance de travail (concernant eux-mêmes ou des collègues).

## **MODALITÉS D'ADMISSION**

L'admission à cette formation est soumise à un entretien avec un.e de nos conseillers.ères formation.

## **CONTENU**

### **Appréhender le cadre légal et le contexte des risques psychosociaux**

- Les enjeux (humain, social, économique, santé, ...)
- Le cadre règlementaire (lois, accords...)
- Le cadre juridique (responsabilités, jurisprudence)

### **Définir les principales notions en lien avec les risques psychosociaux**

- Les différents types de RPS : de quoi parlons-nous ?
- Comment identifier les manifestations des RPS ?
- Les particularités des RPS (le facteur de risque individuel, les effets non perceptibles)

### **Identifier les facteurs générateurs de RPS**

- Les principaux facteurs d'émergence des RPS et leurs caractéristiques
- Notion de facteurs de risques internes et externes

### **Focus sur le stress : principal risque psychosocial**

- Les mécanismes du stress
- Les différents facteurs de stress au travail
- Les moyens de prévention contre le stress

### **Focus sur le télétravail**

- Les risques psychosociaux inhérents à l'exercice du télétravail
- Les moyens de prévention adaptés au télétravail

### **Focus sur le harcèlement moral**

- Le harcèlement moral (idées reçues et état des lieux)
- Les moyens d'actions face aux formes de harcèlement



### **Appréhender les principaux généraux d'actions**

- Identifier les risques et ses moyens d'actions face à des situations réelles dans son domaine d'activité
- Les actions possibles au niveau individuel et collectif sur des situations courantes en milieu professionnel
- Les moyens généraux à sa disposition (document unique, principes généraux de prévention)

### **Adopter la bonne conduite face à un collègue en souffrance**

- Savoir repérer et orienter une personne en difficulté
- Identifier les ressources disponibles en interne et en externe
- Les acteurs de la prévention et leurs rôles

### **Activités :**

Travail en groupe et réflexions personnelles :

- Lister les risques psychosociaux présents dans son environnement de travail
- Détecter les facteurs situations à risques dans son secteur d'activité. Identifier ses moyens d'action personnels au quotidien
- Identifier les sources de stress au travail et les moyens de prévention
- Analyser une situation difficile à partir d'un exemple concret : comportement à adopter ? vers qui se tourner ?

## **FORMATEUR RÉFÉRENT et Direction pédagogique**

### **DIDIER Christophe**

Coach professionnel certifié, membre de l'European Mentoring & Coaching Council (EMCC) et intervenant spécialisé en Prévention des Risques Professionnels (gestion du stress et prévention de l'épuisement professionnel). Sa vision pragmatique, ouverte sur la réalité de ses interlocuteurs et résolument tournée vers l'action l'a amené à développer une méthodologie de la « performance et bien-être au travail ». Il possède 25 ans d'expérience en management au sein de PME avec des équipes pluridisciplinaires et multiculturelles et au sein de groupes internationaux.

Il est actuellement le dirigeant de ReussirA, un organisme qui accompagne les entreprises à développer leurs performances économiques et sociales par l'évolution des pratiques de management et une meilleure qualité de vie au travail.

La direction pédagogique est assurée par BUREAU Cyrille Directeur de l'organisme de formation.

## **MODALITÉS PÉDAGOGIQUES**

Cette formation alterne l'exposé participatif (apports théoriques, pédagogie interrogative) et le plan d'action personnel (exemples de bonnes pratiques mobilisables par les participants, pédagogie active-interrogative).

La pédagogie active est priorisée, par mise en situation et cas pratiques, exercices individuels, conseils personnalisés à chaque participant.

## **MOYENS ET SUPPORTS**

Les lieux de formation disposent d'un espace d'accueil et de détente dédié (description détaillée sur notre site Internet). Les salles de formation sont équipées de bureaux biplaces, de tableaux et moyens de projection à vocation pédagogique, d'accès au WiFi (à la discrétion du formateur). Les salles de formation sont fermées et sécurisées en dehors des temps de formation.

Chaque participant et formateur dispose d'un extranet individuel pendant la formation.

Les supports pédagogiques et les références bibliographiques sont fournis à chacun pendant ou après la formation, après avoir été commentés pour assurer leur bonne appropriation.

## **MODALITÉS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION**

Avant la formation, chaque participant est invité à un entretien avec un conseiller, puis à compléter un questionnaire lui permettant d'exprimer directement au formateur sa situation et ses attentes.

Le contrôle des acquis en cours de formation est réalisé à l'aide de mises en situation, d'auto-diagnostic, de travaux pratiques ou dirigés, suivant les modalités pédagogiques.



Une évaluation qualitative est réalisée en fin de formation, puis analysée par l'équipe pédagogique. Le résultat global est à la disposition du participant.

Une attestation individuelle de formation, rappelant les objectifs, est remise au participant l'ayant suivie avec assiduité.

### **ORGANISATION, DURÉE ET COÛT PÉDAGOGIQUE**

Effectif limité à 8 participants maximum.

Durée : 2 jours (14 heures de formation, y compris les activités pédagogiques effectuées à distance)

2 jours (14 heures)

Tarif public : **1 195 euros net de taxes**, par participant

Tarif spécifique : **840 euros net de taxes**, par participant, destiné aux personnes physiques (indépendants, intermittents...), aux salariés d'associations et aux agents des communes de moins de 2500 habitants

*Grâce au respect des procédures qualité en vigueur, nos formations sont éligibles à une prise en charge totale ou partielle par les dispositifs publics de financement de la formation.*

### **Informations complémentaires**

Cette formation a un taux de satisfaction de 87 % (taux de répondants 0 % à la date du 05/02/2024)

#### **Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

Nos formations sont accessibles aux personnes handicapées moteur dans la plupart de nos lieux de formation.

D'autres types de handicaps et de compensations peuvent être pris en charge sur demande. Notre organisme de formation est doté d'un référent handicap qui peut étudier avec vous les différents aménagements de votre projet de formation.

Pour tout autre renseignement : 02 40 20 35 35

