

## PREVENIR LES RPS

### METTRE EN PLACE UNE QUALITE DE VIE AU TRAVAIL

#### PUBLIC

Membre des CHSCT, IRP, Préventeurs

#### VALIDATION

Une attestation de stage sera délivrée au personnel de l'établissement ayant suivi la formation.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

### Formation théorique et pratique

#### OBJECTIF

- Appréhender la notion de RPS pour mieux agir en amont
- Mettre en place une étude, un plan de prévention, un groupe de réflexion
- Construire des outils de prévention (guide de prévention et plan d'action sur la durée)
- Répondre à des situations de souffrance, accroître le bien être, équilibrer la vie personnelle et professionnelle, accompagner les changements et les transitions
- Participer activement à la conscience et au développement d'une véritable culture de la qualité de vie au travail

#### Bénéfices attendus

- Favoriser une relation sereine au travail tant pour les employés que pour l'optimisation du capital humain, prévenir l'absentéisme
- Aborder sans tabou les difficultés rencontrées et trouver les pistes et les outils à mettre en place de façon personnalisée au regard de la culture de l'organisation
- Rester en veille pour anticiper et alerter
- Maintenir une relation gagnant – gagnant salariés-Organisation

#### DURÉE

14 heures, 2 jours

#### LIEU DE FORMATION

Voir convention.

#### DATE

Voir convention.

#### NOMBRE MINIMUM ET MAXIMUM DE STAGAIRES PAR SESSION

Minimum : 1 - Maximum : 12

#### FORMALISATION A L'ISSUE DE LA FORMATION

Remise d'une attestation de formation.

#### SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence.

#### MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Méthode pédagogique interactive, cette formation se veut pragmatique sous la forme d'une formation action pour bien comprendre les situations et trouver les outils pour y répondre

Apports réglementaires et théoriques, Vidéos, Exposé de cas pratiques permettant une réflexion et un débat, guide outils de communication et de résolution de problèmes fournis

## DESCRIPTION

### JOUR 1

#### Pourquoi l'entreprise se préoccupe t'elle de la qualité de vie au travail

- La prévention le respect d'un cadre législatif
- Les RPS au cœur de la politique de l'Union européenne
  1. Les acteurs de la prévention
  2. Le rôle des Ressources humaines et des Managers
- Une évolution de la représentation du travail
  1. La responsabilité de recréer du lien social
  2. L'optimisation du capital humain de l'organisation
  3. La qualité de vie et le bien- être au travail
- Typologie des niveaux de prévention et Ethique
  - **Retours d'expérience** sur 3 situations réelles

#### L'identification des problématiques & psychopathologie du travail

- Le stress
  - La fatigue et l'épuisement professionnel
  - Les troubles du sommeil
  - Les substances psychoactives
  - Les conflits, l'agressivité, la violence et le harcèlement
  - Les troubles musculo-squelettiques
    - **Cas pratiques** : Interview d'un spécialiste dans les enquêtes d'opinion des salariés
- Débat – Questions – réponses – Apports du formateur

#### L'importance de la communication et de l'intelligence émotionnelle au travail

- Les fondamentaux d'une bonne communication interpersonnelle
- Les émotions, alliées du bien - être au travail et d'une performance durable

- **Outil** : Typologie des émotions et boussole émotionnelle

#### Atelier pratique de construction d'un guide de prévention

- Les questions à se poser, la détection des risques et les réponses à apporter
- La clarification des différentes postures pour les acteurs de prévention

### JOUR 2

#### Une réponse novatrice : le PAE, Programme d'aide aux employés

Historique du PAE

#### Les principaux objectifs

- Accompagner les salariés en difficulté
- Développer la santé et le bien- être au travail
- Accompagner les managers et les ressources humaines

#### Les domaines d'intervention

Un accompagnement individuel personnalisé

- L'accompagnement des transitions
- L'accompagnement

Des actions collectives sur mesure

- Les formations & séminaires
- Les interventions psychologiques

#### Les thématiques d'intervention

- La santé
- L'équilibre psychologique
- Le développement personnel et professionnel
- Le développement des services

#### Les conditions de réussite et les écueils à

##### éviter – Les limites

- Mode d'emploi : Les étapes à suivre
- Evaluer l'efficacité de la mise en place du plan d'action
- **Construction d'un plan d'action en groupe à l'aide d'une maquette fournie par étapes**