

Exemple de programme formation « RPS / QVT »

Durée : 1 jour soit 7 heures

Cible : Direction, Manager

Taille de groupe : **6 à 10 p en intra**

Moyens pédagogiques : Pédagogie mixant apports et échanges en collectif

Tarif indicatif : 1200 €

Etapes	Durée
Définition des règles de fonctionnement Présentation des participants et leurs attentes Evaluation des Prérequis	15 minutes
Partager un même langage dans le champ des RPS : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Appréhender les principales notions de risques psychosociaux et de stress au travail ▪ Santé et bien-être au travail, de quoi parle-t-on ? ▪ Quels indicateurs pour différencier une personne qui va bien d'une personne qui va mal ? 	1h30
Avoir une compréhension partagée des notions de santé et de bien-être : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Le rôle du manager dans la prévention des RPS et la promotion du bien-être au travail ▪ Acquérir les bonnes pratiques et se donner les moyens d'agir ▪ Développer les ressources individuelles et collectives 	1h30
S'appuyer sur l'intelligence collective : Co-développement	1h
Être un manager ressource <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les leviers et pratiques quotidiennes promoteur du bien-être et comment concrètement les intégrer dans ma pratique managériale ▪ Les piliers de la qualité de vie au travail ▪ Les techniques d'entretien avec une personne en difficulté 	1h30
Prendre soin de soi, pour être capable de prendre soin des autres : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les piliers de la santé ▪ La psychologie positive ▪ Les techniques de ressourcement 	1h
Conclusion de la formation Validation des acquis par questionnaire à choix multiples Evaluation de la formation	15 minutes

Pour toute question ou besoin en lien avec un handicap, n'hésitez pas à nous contacter :
Nous vous répondons sous 48 heures.

rachel.freu@kaledopsy.fr
06.88.80.09.13