

## "Prévenir les Risques Psychosociaux"

### ✿ FINALITE :

Adopter les bons réflexes pour éviter les situations à risque (stress, souffrance au travail) et respecter les obligations juridiques.

### ✿ OBJECTIFS PEDAGOGIQUES OPERATIONNELS :

- Connaître le cadre juridique lié aux RPS
- Identifier les situations de souffrance au travail
- Mettre en place une démarche de prévention

### ✿ PUBLIC CONCERNE : Tous, managers, RH

### ✿ PRE REQUIS : Aucun (disposer d'un ordinateur pour la séance en visioconférence)

### ✿ CARACTERISTIQUES ET MODALITES :

- Durée : 2,5 jours (17h30) – 2 jours consécutifs + environ un mois après ½ journée coaching en visioconférence
- Horaires : 9h - 12h30 / 14h - 17h30
- Lieu : dans les locaux de CBO Conseil / en entreprise / en visioconférence

### ✿ MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES :

- Moyens : utilisation d'un support vidéo-projeté, classeur remis à chaque stagiaire avec prise de note
- Méthodes : apports théoriques et méthodologiques, études de cas pratiques, tests personnels, mises en situation avec débriefing

### ✿ SUIVI ET EVALUATION :

- Suivi : feuille d'émargement, certificat de réalisation
- Evaluation du stagiaire : résultats des mises en situation pratique, quizz de contrôle des connaissances
- Evaluation de la formation et du formateur : questionnaire de satisfaction à chaud en fin de session, bilan de fin de formation présenté et partagé avec l'entreprise

# "Prévenir les Risques Psychosociaux"

## PROGRAMME :

### JOUR 1 :

#### **MATIN (3,5 h) : IDENTIFIER LE CHAMP DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX**

- Connaître le cadre juridique et les obligations de l'employeur
- Faire le lien avec la Qualité de Vie et des Conditions de Travail
- Comprendre l'impact des RPS

#### **APRES-MIDI (3,5 h) : IDENTIFIER LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX AU SEIN DE L'ENTREPRISE**

- Initier la démarche et mettre en place un comité de pilotage
- Réaliser un diagnostic et collecter les données utiles
- Mettre en place des indicateurs clefs

### JOUR 2 :

#### **MATIN (3,5 h) : DEPLOYER UNE POLITIQUE DE PREVENTION INTERNE**

- Définir un plan d'actions
- Mobiliser les interlocuteurs relais (managers, RH ...)
- Assurer une veille pertinente

#### **APRES-MIDI (3,5 h) : ETRE ACTEUR DE LA PREVENTION AU QUOTIDIEN**

- Reconnaître les manifestations du stress
- Identifier les signes d'épuisement professionnels
- Prévenir toutes formes de harcèlement

*(Intersession d'environ un mois)*

### **1/2 JOURNEE : COACHING EN VISIOCONFERENCE**

- Approfondissement des acquis et échanges sur les mises en pratique en situation réelle