

Formation à la prévention des RPS pour les salariés (2 jours)

Stress, surcharge de travail, tensions avec des collègues, manque de reconnaissance... Ces situations peuvent peser sur le moral, la santé et la motivation.

Ce sont ce qu'on appelle des Risques Psychosociaux (RPS), et ils concernent tous les environnements de travail, quels que soient les métiers ou les secteurs.

Cette formation de deux jours a pour objectif de vous aider à mieux comprendre ce que sont les RPS, à repérer les signes de mal-être au travail, et à adopter les bons réflexes pour vous protéger au quotidien.

Elle vous permettra également de prendre du recul sur vos pratiques professionnelles, d'échanger entre pairs et de découvrir des outils concrets pour préserver votre équilibre au travail.

Vous découvrirez aussi quels sont les relais, acteurs de prévention et ressources à mobiliser si vous, ou un collègue, êtes concernés.

Prendre soin de soi au travail, c'est possible... et c'est essentiel.

Références juridiques : Formation Risques Psychosociaux Art L.1152-1, L.1153-1 et L.1142-2-1

Déroulement de la formation

Durée : 14 heures (2 jours)

Profils des stagiaires : Salariés et Agents

Pré-requis : Aucun

Nombre de participants : De 2 minimum à 12 maximum par session

Modalités pédagogiques : Formation présentielle

Objectifs pédagogiques

- Reconnaître les signaux précurseurs des risques psychosociaux
- Comprendre les différentes formes de RPS (stress, harcèlement, épuisement professionnel, violences internes ou externes...)
- Repérer les signaux faibles et les comportements indicateurs d'un mal-être au travail
- Repérer comment agir, pour soi et pour les autres
- Découvrir les bons réflexes à adopter pour préserver sa santé mentale et physique
- Connaître les interlocuteurs et ressources mobilisables en cas de difficulté
- Sensibiliser avec les 9 conseils pour Agir

Contenu de la formation

- Introduction de la systémique FRAt
 - Facteurs, Risque, Atteintes
- Les origines et Causes des RPS
 - Les 6 facteurs GOLLAC
 - Origines, contenus et détection facilitée
- Qu'est-ce que les RPS?
 - Les RPS (définition, catégories, chiffres..)

SAS SECURIS-COURS

738 chemin des Rousselles

69640 LACENAS

Email: ndepay@securis-cours.fr

Tel: 06 63 07 28 60



- a) Les différents Stress
- b) Les Violences Externes
- c) Les Violences Internes : Harcèlement Morale, Harcèlement Sexuel, Agissement Sexiste
- c) Identifier et différencier les différentes catégories
- La Réglementation des RPS
 - Employeur
 - Salariés
- Les conséquences des RPS
 - Sur les individus : Atteintes à la santé (détails sur les principales affections et leurs conséquences)
 - Sur les entreprises (Absentéismes, AT/MP, difficulté économiques éventuelles...)
- La prévention des RPS
 - Que dit la réglementation ?
 - Les différents niveaux de prévention (plan de santé au travail)
 - Les relais internes et les relais externes
 - La détection des signaux et lanceur d'alerte
 - Les 9 conseils pour Agir
 - Les référents RHSAS de l'entreprise/CSE

Organisation de la formation

Équipe pédagogique : Formatrice Consultante RPS et QVCT et Formatrice Référent Harcèlement

Moyens pédagogiques et techniques :

- Salle de formation
- Diaporama / illustrations / documents concernant le thème traité disponible sur l'extranet de la session
- Mises en œuvre d'outils pédagogiques et ludopédagogique favorisant la participation active des stagiaires

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation :

- Feuille d'émargement
- Formulaire d'évaluation et de satisfaction

Modalités d'accès : Demande de renseignements, inscription soit par téléphone, soit par mail, soit directement sur le site internet maximum 30 jours avant la date de la session.

Formalisation et envoi des devis, documents administratifs dans les 48 h maximum.

L'inscription sera effective après réception de la convention signée.

Modalités de certification

Résultats attendus : Les participants auront acquis les connaissances essentielles en matière de prévention des risques psychosociaux. Ils sauront utiliser les outils adaptés à la prévention des RPS et seront en mesure d'identifier les différents acteurs internes et externes mobilisables.

Modalités d'obtention : Évaluation formative continue tout au long de la formation

Détails sur la certification : Délivrance d'un certificat de réalisation

Durée de validité : Il est conseillé de suivre un perfectionnement dans un délai de 3 ans afin de maintenir ses compétences

Qualité : Moyenne générale de satisfaction de nos stagiaires