

Qualité de vie et bien-être au travail



PRÉSENTIEL

Objectif général

Comprendre les enjeux de la qualité de vie au travail dans son entreprise
Identifier les méthodes et les outils pour mettre en place un projet d'amélioration du bien-être au travail.

Accueil et tour de table

Partie 1 : Définitions et cadre légal de la QVT et de la notion de bien-être

Présentation des textes de lois qui entourent l'obligation de prévention des risques professionnels (article L.4121-1 du code du travail)

Quiz sur les solutions possibles à mettre en œuvre (10 questions face à 10 problématiques) – *exercice sur smartphone en ligne.*

Présentation d'exemples de solutions mise en œuvre en entreprise et association : le baromètre social.

Echange sur la pertinence des actions développées

Partie 2 : Comment diagnostiquer et prévenir les Risques Psycho-sociaux

Présentation des enjeux de la QVT et des leviers possibles (prévention primaire, secondaire et tertiaire)

Présentation des modèles d'intervention

- le rapport GOLLACK
- Modèle « job strain » de KARASEK
- Modèle « déséquilibre efforts-récompenses » de SIEGRIST

Partie 3 : CONSTRUIRE SES OUTILS

Mise en place d'un atelier de co-développement par excadrage – protocole R.O.S.E

un participant présente une problématique récurrente, un chronomètre affiche le temps au tableau (par projecteur)

- **Phase 1 (7')** – (R= Réflexion) Présentation d'une problématique présentant des RPS par un manager (de préférence un manager de proximité que nous appellerons le client) : problèmes et solutions envisagées, ainsi que les résultats attendus ;
- **Phase 2 (10')** – Tous les participants ont le droit de poser une question en lien avec le sujet évoqué, sans proposer de solution (1' par participant) ;
- **Phase 3 (15')** – (O= Option) Chaque participant propose une solution et le développement d'une idée sur le modèle « que dirais-tu de... ? » (1'30 par participant) ; *Pause pour le client qui prépare sa phase 4 durant 3*
- **Phase 4 – (5')** – (S= Synthèse) Le client fait la synthèse des solutions proposées choisi une ou plusieurs solutions qui choisira de mettre en œuvre dans sa pratique.
- **Phase 4 – (3')** – (E= Engagements) chaque participant fait état d'une solution évoquée en groupe et explique son intérêt pour la solution choisie

Référents pédagogiques

Nos intervenants sont des spécialistes du domaine visé et sont sélectionnés selon un processus de qualification très rigoureux permettant d'évaluer notamment : leur expérience professionnelle, leurs compétences pédagogiques, leur capacité d'animation, leur personnalité et leur créativité...

OBJECTIFS

Repérer le cadre légal en matière de QVT et définir le bien-être au travail

Elucider les enjeux

Elaborer un diagnostic de l'organisation et du climat de l'entreprise : démarches et exemples d'outils

Formaliser une démarche dans mon entreprise : avec quels outils, quels acteurs, quel budget analyser les pratiques de ses pairs

PRÉ-REQUIS

Avoir des connaissances en psychologie

Expérience du management hiérarchique

Avoir pour objectif de mettre ou participer à la mise en place d'une politique QVT au niveau institutionnel

PUBLIC

DRH, RRH, responsables recrutement, chargé de recrutement des adhérents « Grands Comptes » d'Uniformation (mutuelles, ONG, IRC, structures d'insertion sociale, etc.)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

AVANT LA FORMATION : IMPLIQUER

Questionnaire pré-formation et/ou recueil des besoins pour préciser les attentes individuelles

PENDANT LA FORMATION : APPLIQUER

Méthodes actives et participatives
Apports théoriques (10%), mises en pratique (70%) et échanges (20%)

Elaboration de son plan d'actions personnalisé

APRÈS LA FORMATION : ACCOMPAGNER

4 rappels de contenu envoyés par mail
Suivi post-formation

RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

Support de cours, exercices

ÉVALUATION

Évaluation des compétences

Tests, cas pratiques, exercices, mises en situation, jeux de rôle...

Évaluation de la formation

Questionnaire de satisfaction stagiaire
Synthèse fin de stage du formateur

VALIDATION

Attestation de fin de formation
Attestation de présence

MODALITÉS DE SUIVI D'EXÉCUTION DE LA FORMATION

Le contrôle de l'exécution de la formation est assuré par le formateur

DATES

Cf planning