



À vos côtés pour libérer les talents et répondre aux enjeux de votre organisation

## IDENTIFIER LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX




Prévenir, c'est mieux que subir

**1 jour** soit 7 heures  
En présentiel ou en visioconférence

Vous souhaitez un financement ?  
Contactez-nous pour connaître votre éligibilité.

### CONTACT

 06 03 22 24 78

 [contact@corinnehouilliez.fr](mailto:contact@corinnehouilliez.fr)

Retrouvez tous nos programmes sur  
[www.corinnehouilliez.fr](http://www.corinnehouilliez.fr)



### Public

Salariés et dirigeants des entreprises  
Nos formations sont ouvertes à toutes et à tous. Si vous êtes en situation de handicap ou dans une situation nécessitant une adaptation, consultez-nous.



### Formateur

Corinne Houilliez, professionnelle de terrain, parfaitement aligné avec les contraintes et les besoins de votre réalité professionnelle

## NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLES REQUIS

Aucun pré requis nécessaire pour suivre cette formation

Un document intitulé « attentes individuelles » est envoyé à l'attention du prescripteur et transmis au bénéficiaire.

Ce document complété par le bénéficiaire est à nous retourner par mail avant le début de la formation.

L'objectif est de nous assurer du positionnement du bénéficiaire et ainsi vérifier que ses attentes sont en adéquation avec le programme de la formation souhaitée.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ÉVALUATION

L'action de formation se déroulera en visioconférence ou en présentiel (en fonction du thème et du choix des bénéficiaires).

- Pour les personnes suivant la formation en visioconférence, elles pourront se connecter via l'outil ZOOM et rejoindre le groupe à partir de la convocation qu'elles auront préalablement reçue par courriel comportant les références de la session de formation. Cette convocation sera accompagnée du programme pédagogique.
- La formation en présentiel se déroulera dans une salle équipée d'un paperboard, et si nécessaire d'un vidéoprojecteur, afin de pouvoir aisément garantir un bon déroulement de la formation du point de vue pédagogique et technique. Le prestataire formateur remettra dès l'ouverture de la journée le support pédagogique qui permettra à chaque bénéficiaire de suivre le déroulement de l'action de formation.

Une feuille d'émargement individuelle sera conjointement signée par le formateur prestataire et chaque bénéficiaire, pour chaque demi-journée de formation, permettant d'attester de l'exécution de l'action de formation.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES ET OPÉRATIONNELS

- **Comprendre** les risques psychosociaux en les identifiant clairement
- **Identifier** les liens entre le travail, la santé et les RPS dans son environnement de travail,
- **Détecter** les manifestations des RPS : Stress, Harcèlement, violences, addictions ... Savoir repérer les signes d'alerte,
- **Connaître** les enjeux de la prévention des RPS,
- **Apporter** des idées et des méthodes d'analyse de risques psychosociaux
- **Différencier** les actions de prévention primaire des autres catégories de prévention.
- **Connaître** les aspects réglementaires en rapport avec les RPS
- **Savoir prévenir** les RPS individuellement et connaître les ressources pour y faire face
- **Evaluer** son propre niveau de stress
- **Apprendre** à se relaxer et se ressourcer



## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE



### Qu'est ce que les risques psychosociaux ?

- Définir les termes : travail, psycho-social, risque psycho-social,
- La notion de souffrance au travail et ses périmètres
- Stress, épuisement, souffrance, violences internes et externes, dépression, burn out... : définitions et distinction

### Comprendre les principaux enjeux des RPS pour l'entreprise, les salariés et le management

- Connaître les RPS en chiffres ; Cadre juridique ; Loi de modernisation sociale du 17 janvier 2002 ; Rapport Gollac : 6 facteurs de RPS ; La prévention primaire, secondaire, tertiaire
- Obligations de l'employeur
- Évaluation des risques et Document Unique
- Les acteurs de l'entreprise
- Evaluation des RPS
- Exercice : Synthèse des facteurs humains dans votre cadre de travail

### Les différentes formes de RPS

- **Le stress** : effet sur l'organisme ; stress en milieu professionnel ; gestion du stress ; Identification et exercices pratiques
- **Les violences au travail**
  1. Violences externes : Définitions, Chiffres, Comment réagir, Réaction préventive, mise en situation...
  2. Violences internes : Définitions ; Le harcèlement professionnel en chiffres ; En tant que victime, comment réagir ? Le rôle de l'employeur et DRH ; Evaluation sur les violences internes
- **Syndrome d'épuisement au travail**
  1. Bore Out
  2. Brown Out
  3. Burn Out
  4. Évaluation

### MOYENS D'ENCADREMENT

L'encadrement des bénéficiaires sera assuré par Corinne Houilliez.  
Pour toute question pédagogique ou administrative, le bénéficiaire pourra la contacter de 9 h 30 à 17 h 30, du lundi au vendredi,  
06 03 22 24 78 - [contact@corinnehouilliez.fr](mailto:contact@corinnehouilliez.fr)

### SANCTION DE LA FORMATION

Afin de permettre d'évaluer les compétences acquises par chaque bénéficiaire, il sera demandé à chacun, à l'issue de la journée de formation, de se soumettre à une dizaine de questions.

### MODALITÉS DE DÉROULEMENT

L'action de formation débutera par une présentation du formateur et de chacun des bénéficiaires afin de permettre une adaptation optimale du processus pédagogique prévu par le formateur au public présent. Elle se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement tenu à la disposition ou remis aux bénéficiaires, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et de cas pratiques.

Le formateur veillera à ce que chaque bénéficiaire puisse poser ses questions afin de faciliter le transfert de connaissances. Un tchat sera mis à la disposition des bénéficiaires suivant la formation en visioconférence afin que ceux-ci puissent manifester leur volonté d'intervenir. La parole leur sera alors donnée.

### ORGANISATION ET TARIF

#### Horaires de formation :

7h réparties de 8h45– 12h30 / 13h30– 17h15

Déduction faite des deux pauses de ¼ heure de 10h30 à 10h45  
et de 15h30 à 15h45.

**Formation en INTER** (regroupant différentes entreprises)  
300€ nets de taxes par personne pour la journée de formation

**Formation en INTRA** (Chez vous, rien que pour votre équipe)  
pour un groupe entre 2 à 10 personnes, 1400€ nets de taxes pour la  
jour et par groupe.

Vous souhaitez un financement ?  
Pour connaître votre éligibilité, contactez-nous !

**POUR CONCRÉTISER VOTRE PROJET DE FORMATION ET ÊTRE  
ACCOMPAGNÉ DANS SA MISE EN PLACE, CONTACTEZ-NOUS !**

« Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès, travailler ensemble est la réussite. »

Henry Ford

**06 03 22 24 78**

**[contact@corinnehouilliez.fr](mailto:contact@corinnehouilliez.fr)**