

REFÉRENT QUALITÉ DE VIE ET CONDITIONS DE TRAVAIL

Les leviers de la QVCT

ACTU

Loi du 2 août 2021

PROGRAMME

Rappel sur le rôle des référents en qualité de vie et conditions de travail

- Notion de qualité de vie et de bien-être au travail
- Principaux leviers de la QVCT
- Missions possibles
- Qualités et postures
- Moyens mis à disposition
- Travailler avec les autres acteurs de la prévention

Repérer et analyser les situations à risques pour agir avec efficacité

- Le stress
- Notion de mal-être au travail
- La violence au travail
- Le harcèlement moral, sexuel et les agissements sexistes
- Le burn-out
- Le changement et les deuils professionnels
- Repérer les facteurs de tension et analyser les problématiques des services, méthodologie
- Agir en synergie avec son réseau
- Analyses de cas concrets

Etre un bon interlocuteur pour les personnes en mal-être

- Repérer les signes de mal-être :
 - émotionnels
 - physiques
 - intellectuels
 - comportementaux
- Accueillir les émotions
- Faciliter la prise de recul
- Techniques d'entretien, conseils, pièges à éviter
- Adopter la bonne posture, neutre et bienveillante
- Respecter la confidentialité des informations recueillies et prendre du recul pour les analyser
- Respecter les limites de son rôle, savoir orienter
- Mise en situation

Améliorer les relations en régulant les conflits (techniques de médiation)

- Le conflit :
 - mécanismes et phases des comportements agressifs
 - se protéger et faire baisser la tension
 - savoir analyser une situation conflictuelle
 - la communication responsable
 - exercice pratique
- Utiliser la médiation :
 - quand proposer une médiation
 - déroulé d'une médiation
 - principaux outils d'une médiation
- Contribuer au développement de relations positives dans l'entreprise
 - comprendre la place des émotions au travail
 - réguler les tensions pour prévenir les conflits
 - promouvoir le lien et le soutien pour favoriser l'engagement des collaborateurs
 - encourager l'assertivité

Être acteur de la qualité de vie au travail

- Recueillir les suggestions d'amélioration des salariés et les faire remonter
- Exemples de bonnes pratiques favorisant le développement du bien-être
- Travailler sa communication interne pour avoir une action efficace

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

DATES

- 25 au 26 novembre 2024
- 20 au 21 mars 2025
- 24 au 25 novembre 2025

ESPACE DE FORMATION

Paris-Montparnasse

DURÉE
2 jours

1915 € ht
repas inclus

RÉF. ETRE

OBJECTIF

Etre un acteur de la qualité de vie dans l'entreprise en agissant face aux situations à risques et en étant force de proposition

COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Connaître les fondamentaux en matière de qualité de vie au travail et de RPS
- Repérer une situation à risque et l'analyser
- Adopter la bonne posture d'écoute face à un collègue en mal-être
- Cerner les limites et les enjeux de son rôle
- Travailler efficacement avec les autres acteurs de la QVCT de l'entreprise
- Savoir comment intervenir dans un conflit
- Se positionner en acteur du bien-être au travail

PUBLIC CONCERNÉ

- Référent QVT, Santé
- Infirmière du travail
- Assistante de santé au travail
- Assistante sociale
- Préventeur RRH

Référent santé
au travail



INSCRIPTION EN LIGNE

Inscrivez vos collaborateurs à cette formation directement depuis ce document PDF





Formation animée par :
**CAROLINE
MOYAT AYCOBERRY**

- Sophrologue, relaxologue
- Consultante en RPS, QVT et techniques de médiation Formatrice certifiée
- Juriste en droit du travail

«Je vous propose une approche complète de la qualité de vie au travail sous l'angle de l'entreprise et de l'individu. J'utilise une méthode d'animation participative, avec des études de cas, des temps de réflexion et des mises en situation.»

Caroline MOYAT AYCOBERRY

Pré-requis : Aucun

LES + DE VOTRE FORMATION



VOTRE SUIVI PEDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions et le lien avec le formateur. Suite à la formation, vous avez accès à la validation de vos acquis en ligne.



VOTRE CONSULTANTE

Votre consultante vous propose un style d'animation résolument tourné vers l'échange. Elle offre un temps de réflexion active et apporte des exemples concrets d'actions favorisant la Qualité de Vie au Travail.



VOTRE ESPACE STAGIAIRE EN LIGNE

Vous bénéficiez d'un espace stagiaire en ligne qui vous permet de retrouver l'ensemble de vos documents administratifs (convocation, attestation de stage) ainsi que les différentes ressources associées à votre stage. Votre espace stagiaire en ligne vous permet également de poser toutes vos questions ou de laisser vos commentaires. Il est accessible **15 jours** avant la date de début de votre stage.

Connexion

Connectez-vous à votre espace personnel

Email

Mot de passe

Valider

Cliquez pour vous connecter :

- Recevez vos convocations et attestations
- Consultez des ressources complémentaires
- Posez vos questions
- Suivez l'actualité C3S
- Accédez à la plateforme E-learning C3S



HORAIRES

Le premier jour de formation commence à 9h30, les jours suivants à 9h00.
Les formations se terminent à 17h10.



ACCESSIBILITÉ

Les salles de formation, basées au Mans et à Paris, sont toutes les 2 accessibles par les transports en commun (train, bus, métro pour Paris du fait de la proximité avec la gare Montparnasse et bus et tramway pour Le Mans).

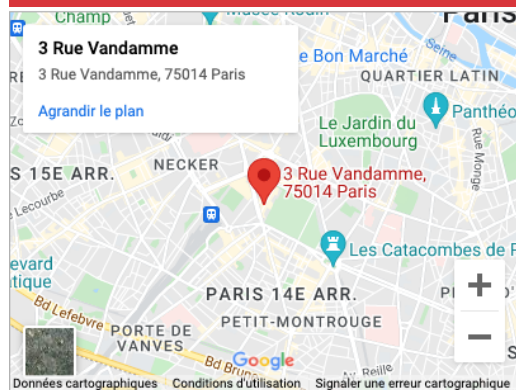
Pour les stagiaires utilisant une voiture, il y a possibilité de stationner dans des parkings situés à proximité de chacun des sites.

Un accès pour personne à mobilité réduite est prévue dans chaque établissement. Un ascenseur permet d'accéder à nos salles de formation parisiennes situées au 1er étage du bâtiment. Un accès s'effectue de plain pied pour les salles de formation du Mans.



PLANS D'ACCES

3 rue Vandamme 75014 PARIS-MONTPARNASSE



38 rue Arnold Dolmetsch 72000 LE MANS



Votre contact
Anne-Françoise ALLAIN
02 43 23 09 23 - formation@c3s.fr

www.c3s.fr