



Formation 1 Prévention des Risques PsychoSociaux (RPS)

Troubles de la concentration, du sommeil, irritabilité, nervosité, fatigue importante, palpitations... Les salariés déclarent de plus en plus souffrir de symptômes liés à des risques psychosociaux. Le phénomène est présent dans tout secteur d'activité. Indépendamment de leurs effets sur **la santé des individus**, les risques psychosociaux ont un impact sur le **fonctionnement des entreprises** (absentéisme, turnover, ambiance de travail...). Il est possible de les prévenir.

La démarche la plus efficace demeure la **prévention collective et individuelle** pour permettre à chacun, dans son activité professionnelle, de réduire les risques pour soi et pour les autres.

Modalités

- **2 jours**
- En **présentiel** (intra entreprise) ou **distanciel** (classe virtuelle)



- **1 890 € TTC**
- Possibilité de **financement par l'OPCO** référent de votre entreprise.



- **Manager et Membre du Comité de Direction**
- Aucun prérequis
- **10 à 12 personnes** par groupe

Objectifs

- Connaître le **référentiel** des RPS
- Être acteur dans la **prévention** des RPS
- Savoir **se protéger** des RPS
- **Connaître et pratiquer des techniques de gestion** des RPS
- Définir son **programme personnalisé** pour appréhender les RPS au quotidien



Compétences visées

- Mieux **connaître les RPS** ainsi que leur **réglementation**
- **Détecter** les situations à RPS dans son environnement
- Savoir **comment agir** en cas de détection de RPS
- Identifier **ses propres ressources** face aux RPS
- Mieux **gérer ses émotions** et celles des autres



Programme

- **Définitions et Réglementation** : Santé, stress, RPS, harcèlement, ...
- **Comment je peux agir** en tant que manager ?
 - Facteurs de risques et de protection
 - Moyens de détection
 - Outils de prévention et de gestion
- **Comment je me protège** en tant que manager ?
 - Mes ressources personnelles
 - Focus besoins/émotions
 - Ma **propre stratégie face aux RPS**

Méthodoloaie



La formation alterne des temps de **données « théoriques »**, des **temps de pratique** et des **temps d'échanges**.

Elle s'appuie sur la dynamique du groupe et utilise le vécu des participants.

Les +



- Présente **toute souplesse** pour répondre aux **besoins spécifiques** et pour s'adapter à tout emploi du temps
- Remise de **documents pédagogiques**
- Une formation qui permet de **mieux se connaître** et d'intégrer des **outils de prévention des RPS dans son management**
- **Bilan à 3 et 6 mois**



CoSa Conseil et Formation
Corinne SABADEL

☎ 06 79 56 39 09

✉ csabadel@cosa-conseil.com

🌐 www.cosa-conseil.com

*****Pour des informations plus complètes concernant les outils, les modalités et moyens pédagogiques et techniques et les résultats et suivi des formations, merci de consulter le catalogue complet des offres de services et formations*****

Affiliée à l'Association Professionnelle des Naturopathes Francophones et Métiers Associés – RIN 26361

SIRET : 794 910 802 00022 APE : 8690F

Organisme de formation enregistré sous le numéro **84260286626**. Cet agrément ne vaut pas agrément de l'État.