



## Formation 2

# Qualité de Vie au Travail (QVT)

La Qualité de Vie au Travail est à la fois le résultat d'une préoccupation de l'entreprise de **réduire les risques psychosociaux**, mais également, un **levier pour augmenter sa performance** en rendant les collaborateurs plus motivés. Les conditions de travail, l'environnement et l'état d'esprit, participent activement au degré de créativité et de performance.

L'accord national interprofessionnel du 19 juin 2013 met également en avant cet axe : « **la performance d'une entreprise repose à la fois sur des relations collectives constructives et sur une réelle attention portée aux salariés en tant que personnes** ». Ainsi, en agissant sur les conditions de vie au travail de ses équipes, l'employeur peut générer du bien-être et par conséquent de la motivation.

### Modalités

- **1 jour**
- En **présentiel** (intra entreprise) ou **distanciel** (classe virtuelle)
- **990 € TTC**
- Possibilité de **financement par l'OPCO** référent de votre entreprise.
- **Managers, acteurs RH, représentants du personnel, animateurs QVT**
- Aucun prérequis
- **10 à 12 personnes** par groupe

### Objectifs

- Connaître le **référentiel** et les **enjeux** de la QVT
- Faire le lien entre **prévention des RPS** et **démarche QVT**
- Appréhender les **principaux outils et méthodes**
- Comment définir son **programme QVT**

### Compétences visées

- Mieux **connaître les repères et les enjeux de la QVT**
- **Identifier** les **phases clés** d'une démarche QVT
- Se **familiariser** avec quelques **outils** d'une démarche QVT
- Identifier les **ressources et freins** dans son environnement
- Déterminer les **différentes actions à mener** : établir **sa feuille de route**

## Programme

- **Définitions et Réglementation** : Santé, stress, RPS, bien être, QVT, ...
- **Les piliers d'une démarche QVT**
  - Principes
  - Planification des tâches
- **Outils et méthodes**
  - Organisation
  - Intelligence émotionnelle
  - Intelligence collective
  - Ressources et objectifs
- **Ma propre stratégie QVT**

## Méthodologie

- 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 d'appréhender la démarche QVT comme **levier de performance** pour l'entreprise
- **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.