

# Acteur de sa Qualité de Vie au Travail

— S'initier à la prévention des RPS



## ■ LA FORMATION

La Formation-action "Acteur de sa Qualité de Vie au Travail" se destine aux salariés souhaitant améliorer leur Qualité de Vie au Travail et devenir acteur de la prévention des risques psychosociaux dans leur structure. À l'issue de cette formation, les stagiaires seront en mesure de comprendre et repérer les RPS dans leur activité, développer des actions individuelles et proposer des améliorations collectives de prévention basées sur des outils pratiques et concrets.

### OBJECTIF DE LA FORMATION

- Savoir établir un lien entre une exposition aux Risques Psycho Sociaux et des données de l'entreprise ou de l'établissement.
- Reconnaître une démarche de prévention agissant sur les facteurs de Risques Psycho Sociaux.

### OBJECTIFS PRÉDAGOGIQUES

- Savoir définir les RPS et leurs différentes catégories.
- Reconnaître les causes des RPS dans l'activité de travail.
- Mettre en place des actions de prévention.

### PEDAGOGIE

Recueil des attentes pré-formation. Pédagogie ludique et applicative, expérimentations pratiques, jeux de rôles, applications concrètes.

60% pratique, 40% théorique.

## ■ LE PROGRAMME

### 1/ Les généralités sur les RPS

- Définitions des RPS et de leurs différentes catégories (stress, violences, souffrance...).

### 2/ Les RPS dans le travail

- La situation de travail et ses composantes.
- Les facteurs de risques.
- Effets et conséquences sur la santé.
- Les indicateurs d'alerte.
- Les outils existants pour évaluer les RPS.

### 3/ Les actions de la prévention

- Identification des RPS comme un risque-professionnel.
- Cadre réglementaire et obligations de l'employeur.
- Les étapes de la démarche de prévention.
- Les principes généraux de prévention.
- Les différents niveaux de prévention.
- Remontée d'informations : les outils et les acteurs.

2 JOURS

14 heures de formation

In

### Prérequis

Pas de prérequis obligatoires mais la maîtrise des connaissances de base en prévention des risques professionnels est recommandée.

### Public

Tout salarié **volontaire** souhaitant s'impliquer dans la démarche de prévention des RPS.

### Durée

2 jours soit 14 heures en présentiel.

### Organisation

De 4 à 10 stagiaires.

### Intervenants

Formateurs spécialisés dans la prévention des RPS certifiés INRS / Assurance Maladie – Risques Professionnels et coachs en Qualité de Vie au Travail.

### Évaluation

Délivrance d'une attestation individuelle de formation et d'un certificat Acteur RPS à l'issue de la formation sous réserve de réussite aux épreuves certificatives. Évaluation à chaud et à froid.

## EN SAVOIR PLUS

Réf : RPS1

[www.compétences-prevention.com](http://www.compétences-prevention.com)

05 53 57 84 48

[contact@competences-prevention.com](mailto:contact@competences-prevention.com)

### Les engagements de Compétences Prévention

- Confidentialité des échanges et protection de la parole des stagiaires lors de la formation.
- Centrage des échanges sur un terrain purement professionnel.