



PRÉVENIR LE STRESS DANS SON ENTREPRISE

Durée : en distanciel (2 séquences de 3h30) ou en présentiel (7h)

PROGRAMME DE FORMATION ADAPTABLE
AU DISTANCIEL ET AU PRÉSENTIEL

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Groupe : 4 à 6 personnes.

Cette formation s'adresse à toute personne de l'entreprise en posture de dirigeants, manager, futur manager ou animateur d'équipe

Prérequis : pas de prérequis spécifiques

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Recueil des besoins avant le démarrage de la formation

Animation participative

Exercices de mise en pratique

Échanges de bonnes pratiques

Remise du Powerpoint de présentation.

SPECIFICITÉS EN DISTANCIEL

Outil de visioconférence :



Connexion via identifiant et code d'accès envoyés aux participants 24h avant la session de formation

Outil pédagogique : BEEKAST et/ou KLAXOON

Le stagiaire doit posséder un ordinateur ou une tablette et une connexion internet.

Le formateur assistera le stagiaire en amont si besoin

SUIVI & ÉVALUATION DES RÉSULTATS

Questionnaire d'évaluation des notions abordées

Remise d'une attestation de fin de stage mentionnant les résultats de l'évaluation et l'atteinte des objectifs de la formation

Grille d'évaluation de satisfaction

Emargements stagiaires

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Mettre en place une méthode d'analyse des marqueurs du stress au sein de l'organisation
- Reconnaître les manifestations de son propre stress
- Mettre en place des leviers pour prévenir le stress

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Qu'est-ce que le stress ?

L'impact du stress sur la performance économique

Les différents types de stress

Le rôle de l'organisation du travail

Les leviers d'action pour identifier

Les leviers d'action pour corriger

Les partenaires (médecin du travail, ergonome, IRP, ...)

INTERVENANTE

Emilie HERVE

15 ans de métier dans les Ressources Humaines

Consultante et formatrice en entreprise

Formée auprès de l'INRS sur les méthodes de prévention