🔷 Formation : Identifier et prévenir le mal-être au travail

🗓️ *Mise à jour le : 01/09/2025*

Public

Tous collaborateurs – 3 à 12 participants

Durée

1 jour (8h)

Prérequis

Pas de prérequis

Format

Présentiel / Distanciel

Intra-entreprise

Cette formation affiche d'excellents résultats.

4,3 / 5

Satisfaction des stagiaires

17

sessions réalisées

140

stagiaires formés

Objectifs opérationnels

Repérer les facteurs de stress et signaux d'alerte

Développer une vigilance face aux indicateurs de mal-être au travail

Adopter une posture adaptée en situation tendue

Acquérir les techniques de communication appropriées

Identifier les risques psychosociaux (RPS)

Comprendre les différentes formes de RPS et leurs manifestations

Réagir face aux violences au travail

Mettre en place des actions concrètes et adaptées

Mobiliser les bons relais internes/externes

Connaître les ressources disponibles pour agir efficacement

S'impliquer dans la prévention des risques psychosociaux

Devenir acteur de la prévention des risques psychosociaux

Contenu structuré en 4 séquences

1

Stress et émotions

Comprendre les mécanismes du stress et la gestion des émotions en milieu professionnel

2

Repérage des RPS

Identifier les différents risques psychosociaux et leurs manifestations

3

Acteurs et leviers de prévention

Connaître les ressources disponibles et les actions préventives

4

Analyse des pratiques professionnelles

Retour d'expérience encadré, favorisant l'intégration des compétences psychosociales en contexte réel

Méthodes

Apports théoriques

Vidéos, quiz et contenus structurés pour assimiler les concepts fondamentaux

Mises en situation

Échanges et étude de cas pour appliquer les connaissances acquises

Ateliers collectifs structurés

Favorisant la verbalisation, l'objectivation et la régulation des situations professionnelles complexes rencontrées par les participants dans leur environnement de travail

Évaluation

1

Avant

État des lieux des représentations et besoins des participants

2

Pendant

Quiz interactifs et échanges pour valider l'acquisition des connaissances

3

Après

Quiz en fin de session et Questionnaire de satisfaction pour mesurer l'impact de la formation

4

Validation

Attestation délivrée à l'issue de la formation

Modalités d'accès

Délai

15 jours entre la demande et le début de la formation

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Adaptations pédagogiques ou organisationnelles possibles sur demande.

Référente handicap : Virginie Boucher

📧 contact@impulsante.fr | 📞 06 82 42 81 83

Inscription

Demande de devis

Par mail à contact@impulsante.fr ou par téléphone au **06 82 42 81 83**

Analyse du besoin et Entretien de positionnement

Évaluation des besoins spécifiques du participant

Validation par devis signé

Confirmation de l'inscription

Envoi de la convention

Et des documents préparatoires

Formateur·rice

Nos formations sont animées par des professionnel·le·s hautement qualifié·e·s :

- Expert·e en Risques Psychosociaux
- Diplômé·e du Diplôme Universitaire Risques Psychosociaux/Qualité de Vie au Travail ou Diplôme Universitaire Médiateur du travail

Points forts

Compatible DUERP & Passeport Prévention

S'intègre parfaitement dans votre Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels

Formation interactive

Ancrée dans le réel avec des situations concrètes

Approche sur-mesure

Et collaborative adaptée à vos besoins spécifiques

Conditions tarifaires

Les tarifs sont établis sur devis personnalisé selon le nombre de sessions. Frais de déplacement en sus selon le lieu d'intervention.

> **Prise en charge OPCO possible** au titre de la formation continue.

Contact devis : Virginie Boucher – **contact@impulsante.fr** | 06 82 42 81 83

IMPULSANTE SAS - 15 Rue de Pacy 27120 Douains

Siret : 95154492300018 - APE : 7022Z - ID TVA : FR53 951544923 - Déclaration d'activité : 28 27 02 61 527