



Programme de l'intervention

ATELIER : Des RPS à la QVCT, de quoi parle-t-on ?

Organisation

Durée : 1 heure

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Agents et salariés



Description

Cet atelier interactif démystifie les RPS et la QVCT, offrant des outils pratiques et des échanges pour améliorer le bien-être professionnel.

Objectifs de l'atelier :

- ☐ Comprendre les concepts de RPS et QVCT et leurs enjeux
- ☐ Identifier les facteurs de RPS et les leviers d'action pour la QVCT
- ☐ Expérimenter des outils pratiques pour améliorer son bien-être au travail

Déroulé de l'atelier :

- ☐ Accueil et brise-glace : "Mon mot pour le bien-être au travail"
- ☐ Rappel des connaissances : RPS et QVCT, de quoi parle-t-on
- ☐ Quiz interactif : "Vrai ou Faux sur les RPS et la QVCT"
- ☐ Exercice pratique : "Ma carte mentale des leviers de QVCT"
- ☐ Partage d'expériences et bonnes pratiques
- ☐ Découverte d'outils : la cohérence cardiaque et la micro-pause active
- ☐ Échanges et questions-réponses
- ☐ Synthèse et ressources complémentaires

À la fin de cet atelier, vos agents sauront distinguer les RPS de la QVCT, identifier les signaux d'alerte et mettre en œuvre des actions concrètes pour favoriser un environnement de travail sain et épanouissant.



Modalités pédagogiques

Format d'animation : Présentiel



Moyens et supports pédagogiques

L'atelier favorise une immersion pratique grâce à une animation experte adaptée au public, une présentation visuelle (diaporama) enrichie de supports variés (fiches outils, guides, jeux, courtes vidéos, sondages en direct ou quiz interactifs). Après un court rappel des concepts et faits majeurs du sujet, des mises en pratiques concrètes sont réalisées.

