Programme de l'intervention

WEBINAIRE : Sens au travail et santé

Organisation

Durée : 1 heure

Mode d'organisation : À distance

Contenu pédagogique

Public visé

Agents et salariés

Description

Ce webinaire interactif explore le sens au travail comme pilier de la santé. Il propose des pistes concrètes pour renforcer l'engagement et le bien-être professionnel.

Objectifs du webinaire :

- Comprendre le lien entre sens au travail et santé
- Identifier les leviers personnels et collectifs pour renforcer ce sens
- Acquérir des outils pratiques pour améliorer son bien-être

Déroulé du webinaire :

- **Introduction : Le sens au travail, un enjeu de santé**
  - Définition du sens au travail
  - Impacts sur la santé physique et mentale
  - Quizz interactif : "Quel est votre niveau de sens au travail ?"
- **Comprendre les leviers du sens au travail**
  - Les dimensions individuelles (valeurs, compétences, autonomie)
  - Les dimensions collectives (reconnaissance, contribution, relations)
  - Témoignages et exemples concrets
- **Agir pour renforcer le sens et le bien-être**
  - Stratégies individuelles : identifier ses valeurs, développer ses compétences, fixer des objectifs clairs
  - Stratégies collectives : favoriser la reconnaissance, l'écoute, la collaboration
  - Exercice pratique : "Mon plan d'action pour plus de sens"
- **Outils et ressources pour un bien-être durable**
  - Présentation d'outils de gestion du stress et de développement personnel
  - Temps d'échange et de questions-réponses
- **Conclusion : Cultiver le sens pour une vie professionnelle épanouie**

A la fin de ce webinaire, vos agents sauront reconnaître l'importance du sens au travail pour leur santé, identifier les facteurs qui le favorisent ou l'entravent, et appliquer des méthodes concrètes pour le développer.

Modalités pédagogiques

Format d'animation : A distance

Moyens et supports pédagogiques

Le webinaire est conçu pour favoriser l'acquisition de connaissances et d'outils pratiques, grâce à une intervention experte adaptée au public, une animation interactive et à une présentation visuelle impactante. Il intègre des support multimédias (vidéos, infographies) et des outils d'interaction en temps réel. Il propose un temps théorique avec un partage d'informations clés et scientifiques, un temps de mise en pratique d'outils validés et des échanges.