

Optimisation de la Qualité de Vie au Travail (QVT)

Objectifs pédagogiques :

1. Comprendre les principaux leviers de la QVT et leur impact sur la performance de l'entreprise.
 2. Identifier et analyser les facteurs influençant la QVT au sein de l'organisation (physiques, psychologiques, organisationnels).
 3. Proposer des actions concrètes pour améliorer l'ergonomie, le bien-être et la gestion du stress en entreprise.
 4. Élaborer une stratégie QVT durable avec des outils et indicateurs de suivi mesurables.
-

Programme détaillé :

1. Introduction et Évaluation Initiale

- Présentation des objectifs de la formation.
- Auto-évaluation des participants : identifier les attentes et les connaissances de départ.

2. Comprendre les Enjeux de la QVT

- Définitions clés et cadre légal de la QVT.
- Les bénéfices d'une bonne QVT : productivité, réduction du stress, fidélisation.
- Étude de cas : Analyse des impacts d'une démarche QVT dans une entreprise.

3. Identifier les Facteurs Clés de la QVT

- Environnement physique : l'importance de l'ergonomie au travail.
- Conditions psychologiques : gestion du stress, équilibre vie professionnelle/personnelle.
- Organisation du travail : flexibilité, télétravail.
- Atelier : Cartographie des facteurs de QVT dans sa propre entreprise.

4. Optimiser les Conditions de Travail

- Exemples pratiques d'amélioration de l'ergonomie et de l'aménagement de postes.
- Gestion du stress en entreprise : Techniques pratiques pour réduire le stress.
- Discussion interactive : Quelles actions concrètes appliquer pour améliorer les conditions de travail dans son environnement ?

5. Développer une Culture de Bien-être

- Promouvoir un management bienveillant et participatif.
- Techniques de communication non violente pour favoriser le bien-être relationnel.
- Jeux de rôle : Gérer un conflit au travail en appliquant la communication non violente.

6. Élaborer une Stratégie QVT

- Construction d'un plan d'action QVT adapté à son entreprise.
- Création d'indicateurs clés de performance (KPI) pour suivre les progrès.
- Synthèse et élaboration de plans d'action personnalisés.

Durée totale de la formation :

08h00 / 1 journée

Moyens et techniques pédagogiques :

- Vidéo-projecteur et écran
 - Ateliers collaboratifs pour des échanges et cas pratiques.
 - Jeux de rôle et mises en situation pour favoriser l'appropriation des pratiques managériales et relationnelles.
-

Public concerné :

Managers, responsables RH, et tout collaborateur impliqué dans la mise en place ou l'optimisation de la QVT dans l'entreprise.

Nombre de stagiaires :

Pour des raisons pédagogiques, le nombre de stagiaires est limité à 12 par groupe.

Certification :

Tous les participants seront sanctionnés par une attestation de formation « Référent entreprise en Qualité de Vie au Travail »