

Qualité de vie au travail (20'02'37) QVT-01

Introduction : La QVT, un levier de compétitivité

o Présentation et Quiz introductif **60'00**

Module 1 : QVT et performance : où en sommes-nous en France ?

PARTIE 1 : De quoi parle-t-on ?

o Introduction **12'10**
o Les leviers de la QVT et de la performance **8'03**
o La QVT, Héritage de plusieurs traditions scientifiques - Partie 1 **6'36**
o La QVT, Héritage de plusieurs traditions scientifiques - Partie 2 **8'26**
o La QVT, Héritage de plusieurs traditions scientifiques - Partie 3 **6'49**
o **Podcast** **5'00**
o La QVT, un sujet de compromis entre acteurs sociaux - Partie 1 **3'09**
o La QVT, un sujet de compromis entre acteurs sociaux - Partie 2 **8'07**
o La QVT, un sujet de compromis entre acteurs sociaux - Partie 3 **7'38**
o La QVT est l'affaire de tous dans l'entreprise **7'37**
o Conclusion **1'24**
o **Quiz final Partie 1** **30'00**

PARTIE 2 : La mesure de la QVT

o Introduction **1'53**
o Les approches centrées sur la santé au travail - Partie 1 **5'48**
o Les approches centrées sur la santé au travail - Partie 2 **7'35**
o Les approches centrées sur la santé au travail - Partie 3 **4'17**
o **Quiz : vrai ou faux** **10'00**
o Les approches psychologiques et comportementales - Partie 1 **5'44**
o Les approches psychologiques et comportementales - Partie 2 **8'44**
o Conclusion **1'46**
o Commentaires **9'33**
o **Quiz final Partie 2** **25'00**

PARTIE 3 : Pourquoi les entreprises ont-elles intérêt à s'engager dans des démarches de QVT ?

o Introduction **1'20**
o L'engagement des salariés impacte la performance des entreprises. **10'54**
o Pratiques managériales, QVT, engagement, performance : des liens multiples **7'36**
o Impliquer les salariés : vecteur d'engagement, de performance et de QVT **8,20**
o **Quiz : Les effets sur la QVT** **15'00**
o Conclusion **2'03**
o

★ OBJECTIFS

- Booster vos performances
- Communiquer et informer
- Apprendre à gérer son stress

i INFORMATIONS

- **Public** : tout public
- **Prérequis** : Aucun
- **Durée** : 20'02'37

🏛️ FINANCEMENT

Une action de formation peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO. Evulogo identifie et vous accompagne dans les démarches de financement.

🧩 MOYENS

Pédagogiques :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Questions/Réponses

Matériels :

- Ordinateurs / Tablettes / Smartphones
- Paperboard

Méthodes d'évaluation :

- Quiz
- QCM

💬 CONTACT

Tél :

01 84 80 80 95

E-mail :

accompagnement@evolugo.fr

NDA :

42680221468

Nom de l'accompagnateur :

Anthony PITKANITSOS

🕒 HORAIRES

Libres en E-learning

Qualité de vie au travail (20'02'37) QVT-01

★ OBJECTIFS

- Booster vos performances
- Communiquer et informer
- Apprendre à gérer son stress

○ Commentaires : S'adapter ou mourir
8'36

○ **Quiz final Partie 3**

30'00

TOTAL MODULE 1 : 5'29'08

Module 2 : QVT et performance : plus rentable que contraignant

i INFORMATIONS

- **Public** : tout public
- **Prérequis** : Aucun
- **Durée** : 20'02'37

🏠 FINANCEMENT

Une action de formation peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO. Evulogo identifie et vous accompagne dans les démarches de financement.

Partie 1 : QVT et performance dans les entreprises

- Rechercher une efficacité sur le terrain **12'16**
- Mettre en place une nouvelle organisation **10'38**
- Donner du sens à l'activité **7'33**
- S'appuyer sur une nécessaire maturité organisationnelle **2'17**
- Viser de meilleures relations professionnelles et sociales **4'23**
- **Quiz** : Qu'avez-vous retenu ? **15'00**
- Communiquer et informer **5'34**
- Prendre au sérieux l'environnement physique **5'00**
- Soutenir les managers **9'28**
- Apprécier les résultats, même émergents **7'27**
- **Quiz final Partie 1** **30'00**

Partie 2 : QVT et performance dans les organisations du travail « émergentes »

- Qu'est-ce que le lean management ? **7'04**
- Entreprise libérée **8'58**
- Entreprise responsable - Partie 1 **3'24**
- Entreprise responsable - Partie 2 **2'16**
- Le chemin vers des organisations du travail responsabilisantes - Part 1 **3'13**
- Quelle est la place de l'autonomie dans ces organisations ? **3'32**
- **Quiz** : Qu'avez-vous retenu ? **10'00**
- Le chemin vers des organisations du travail responsabilisantes - Part 2 **3'40**
- Conclusion **1'35**
- **Quiz final Partie 2** **30'00**

TOTAL MODULE 2 : 3'03'18

🧩 MOYENS

Pédagogiques :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Questions/Réponses

Matériels :

- Ordinateurs / Tablettes / Smartphones
- Paperboard

Méthodes d'évaluation :

- Quiz
- QCM

💬 CONTACT

Tél :

01 84 80 80 95

E-mail :

accompagnement@evolugo.fr

NDA :

42680221468

Nom de l'accompagnateur :

Anthony PITKANITSOS

🕒 HORAIRES

Libres en E-learning

Qualité de vie au travail (20'02'37) QVT-01

★ OBJECTIFS

- Booster vos performances
- Communiquer et informer
- Apprendre à gérer son stress

i INFORMATIONS

- **Public** : tout public
- **Prérequis** : Aucun
- **Durée** : 20'02'37

🏛️ FINANCEMENT

Une action de formation peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO. Evulogo identifie et vous accompagne dans les démarches de financement.

🧩 MOYENS

Pédagogiques :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Questions/Réponses

Matériels :

- Ordinateurs / Tablettes / Smartphones
- Paperboard

Méthodes d'évaluation :

- Quiz
- QCM

🗨️ CONTACT

Tél :

01 84 80 80 95

E-mail :

accompagnement@evolugo.fr

NDA :

42680221468

Nom de l'accompagnateur :

Anthony PITKANITSOS

🕒 HORAIRES

Libres en E-learning

Module 3 : Comment amener l'approche de la Qualité de Vie au Travail ?

○ Introduction	1'34
○ La conception et le pilotage de la qualité de vie au travail	9'02
○ Le diagnostic et les choix d'expérimentations - Partie 1	5'58
○ Comment utiliser les autres outils de l'Anact et de l'Aract ?	5'38
○ Le diagnostic et les choix d'expérimentations - Partie 2	2'57
○ Quiz : Testez vos connaissances	10'00
○ L'expérimentation et l'évaluation	5'29
○ Méthodologie de l'expérimentation	2'43
○ Méthodologie de l'évaluation	3'05
○ L'espace de discussion au service de l'expérimentation	5'19
○ Quiz final Module 3	35'00

TOTAL MODULE 3 : 1'26'45

Module 4 : Questions sur la QVT

○ Qu'est-ce que la QVT ?	3'55
○ Quelle démarche mettre en œuvre ?	2'00
○ Pour répondre à quels enjeux ?	2'37
○ Comment lancer la démarche ?	2'18
○ Avec qui agir ?	2'47
○ Comment réaliser le diagnostic ?	1'32
○ Quels indicateurs utiliser ?	1'52
○ Quiz : La QVT ? Vous savez tout ?	10'00
○ Comment expérimenter un projet ?	3'12
○ Comment évaluer l'organisation du travail ?	3'50
○ Comment pérenniser la démarche ?	1'41
○ Qu'est-ce que l'ANACT/ARACT ?	2'50
○ Quiz final Module 4	35'00

TOTAL MODULE 4 : 1'13'34

Module 5 : Risques psychosociaux (RPS)

Partie 1 : Guide pratique sur les risques psychosociaux

○ Mettre en place une démarche de prévention	6:18
○ Pour une meilleure prise en compte du stress au travail dans les accords d'entreprise	7'20
○ L'intégration dans le Document Unique	4:08

Qualité de vie au travail (20'02'37) QVT-01

★ OBJECTIFS

- Booster vos performances
- Communiquer et informer
- Apprendre à gérer son stress

i INFORMATIONS

- **Public** : tout public
- **Prérequis** : Aucun
- **Durée** : 20'02'37

🏠 FINANCEMENT

Une action de formation peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO. Evulogo identifie et vous accompagne dans les démarches de financement.

🧩 MOYENS

Pédagogiques :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Questions/Réponses

Matériels :

- Ordinateurs / Tablettes / Smartphones
- Paperboard

Méthodes d'évaluation :

- Quiz
- QCM

💬 CONTACT

Tél :

01 84 80 80 95

E-mail :

accompagnement@evolugo.fr

NDA :

42680221468

Nom de l'accompagnateur :

Anthony PITKANITSOS

🕒 HORAIRES

Libres en E-learning

○ Quel lien avec la précarité ?	4:15
○ Rémunération et chômage	3'39
○ Intensification du travail et nouvelles technologies	5:03
○ Le rôle de l'encadrement	5:41
○ Le cas des PME (petites et moyennes entreprises)	5'15
○ Quiz interactif	10'00
○ Focus sur le travail à l'hôpital	4'27
○ Les addictions au travail	6'16
○ Identifier et prévenir le harcèlement moral	4'43
○ Accompagner un salarié en souffrance	5'27
○ La prévention du suicide au travail	4'39
○ Le risque d'homicide professionnel	3'12
○ Quiz final Partie 1	30'00

TOTAL PARTIE 1 : 1'50'23

Partie 2 : La prévention des risques psychosociaux

○ Notions générales	5:30
○ Approches individuelles et collective	7:26
○ Arguments objectivables face aux employeurs	3:44
○ Risques psychosociaux, évolutions du contexte socio-économique et du travail	3:03
○ Liste des acteurs, rôle et missions	3:02
○ Les accords européens	3:38
○ Éléments de pratique professionnelle – Section d'inspection du travail - Partie 1	7:24
○ Éléments de pratique professionnelle – Section d'inspection du travail - Partie 2	7:29
○ Éléments de pratique professionnelle	3:03
○ Quiz : Choisissez la bonne réponse	10'00
○ MONOGRAPHIE : Cas entreprise moins de 50 salariés	5:31
○ MONOGRAPHIE : Cas entreprise plus de 50 salariés	3:55
○ LES OUTILS CLINIQUES : Le 4x4 du médecin du travail	10:09
○ LES OUTILS CLINIQUES : L'échelle visuelle analogique	2:14
○ LES OUTILS CLINIQUES : Des indicateurs d'alerte	3:24
○ LES OUTILS CLINIQUES : Les questionnaires au quotidien	11:04
○ Quiz final Partie 2	35'00

TOTAL PARTIE 2 : 2'05'36

Partie 3 : Prendre en compte les RPS dans le document unique

○ Étapes de la démarche	5:49
○ Acteurs de la démarche	6:09
○ Communication sur la démarche	3:44
○ Méthode centrée sur l'activité de travail	5:17
○ 1 ^{ère} étape de préparation de la démarche :	

Qualité de vie au travail (20'02'37) QVT-01

★ OBJECTIFS

- Booster vos performances
- Communiquer et informer
- Apprendre à gérer son stress

i INFORMATIONS

- **Public** : tout public
- **Prérequis** : Aucun
- **Durée** : 20'02'37

🏛️ FINANCEMENT

Une action de formation peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO. Evulogo identifie et vous accompagne dans les démarches de financement.

🎯 MOYENS

Pédagogiques :

- Apports théoriques
- Études de cas
- Questions/Réponses

Matériels :

- Ordinateurs / Tablettes / Smartphones
- Paperboard

Méthodes d'évaluation :

- Quiz
- QCM

💬 CONTACT

Tél :

01 84 80 80 95

E-mail :

accompagnement@evolugo.fr

NDA :

42680221468

Nom de l'accompagnateur :

Anthony PITKANITSOS

🕒 HORAIRES

Libres en E-learning

Positionner et mobiliser les acteurs - Partie 1	10:59
○ 1 ^{ère} étape de préparation de la démarche : Positionner et mobiliser les acteurs - partie 2	1:44
○ 2 ^e étape de préparation de la démarche : Sensibiliser et former les acteurs	6:22
○ 1 ^{ère} étape dans l'évaluation des risques : Repérer des situations-problèmes par unité de travail	8:31
○ 2 ^e étape dans l'évaluation des risques : analyser les situations -problèmes et caractériser les situations à risques psycho-sociaux	9:28
○ 3 ^e étape dans l'évaluation des risques : Estimer l'impact des situations à risques psycho-sociaux	7:39
○ Quiz : Prendre en compte les RPS dans le document unique	10'00
○ Élaboration d'un programme d'actions	8:41
○ Mettre en œuvre les actions	7:10
○ Évaluer la démarche de prévention	2:53
○ Exemples d'indicateurs de suivi sur les conditions de travail	4:59
○ Quiz final Partie 3	30:00

TOTAL PARTIE 4 : 2'09'25

Module 6 : Gestion du stress

○ Introduction	2:13
○ Qu'est-ce-que le stress	1:35
○ Gestion du stress, cadre bonnes pratiques	10:40
○ L'impact du stress sur la santé	1:43
○ Comprendre son stress pour bien agir	3:36
○ Comment prévenir le stress	3:23
○ Reconnaître les signes du stress au travail	4:05
○ Comment gérer le stress	3:13
○ 6 astuces pour combattre le stress	4:45
○ Minimiser le stress au travail	5:01
○ 6 astuces pour surmonter le stress d'un rdv	3:57
○ Quiz interactif	10'00
○ Le burn-out, cadre et enjeux	12:51
○ Management stress	11:17
○ Ne pas stresser au travail, 5 clés efficaces	8:33
○ Conseils pour réduire le stress du dirigeant	3:25
○ Transformer son stress en énergie positive	5:08
○ 20 techniques pratiques contre le stress	22:30
○ 3 exercices de respiration anti-stress	4:35
○ Maîtriser son stress avant une prise de parole	5:44
○ Conclusion de la formation	1:14
○ Quiz final module 6	35'00

TOTAL MODULE 6 : 2'44'28

Durée de la formation : 20'02'37