

## 5 Modules autour de la Qualité de Vie au Travail

Modules indépendants pouvant être réalisés à l'unité.

Durée : 35 heures en présentiel

Intervenants : Sébastien Chanlon, Céline Ferreira, Cécile Mazellier

Modalités : Présentiel

Durée : 14 heures

Prix : 1900 € TTC / 5 jours  
ou 380€ TTC / jour

REFERENCE : QVT-CE MAJ 19/06/23

### MODULES PSYCHOSOCIAUX - TOUT PUBLIC

#### Module 1 : (09h00-17h00) - Lyon

Identifier les contours de la souffrance au travail, outils diagnostiques de Qualité de Vie au travail, leviers d'action lors des situations conflictuelles liés à des acteurs externes à l'organisation.

#### Module 2 : (09h00-17h00) - Lyon

Du diagnostic sociologique de son organisation aux actions concrètes pour une meilleure Qualité de Vie au travail, l'importance des interactions entre les acteurs internes à l'organisation et de la motivation de chacun.

### MODULE SPECIFIQUE AU SECTEUR DE LA SANTE ET MEDICO-SOCIAL

#### Module 3 : (09h00-17h00) - Lyon

Les spécificités d'une politique de Qualité de Vie au Travail et de la souffrance au travail dans le secteur de la santé et médico-social

### MODULES COMMUNICATION, GESTION DU STRESS TOUT PUBLIC

#### Module 4 : (09h00-17h00) - Lyon

Les outils de communication et de gestion du stress pour améliorer la Qualité de Vie au Travail. Particularité des profils neuro-atypiques (hypersensibilité, HPI...) en lien avec la souffrance au travail.

#### Module 5 : (09h00-17h00) - Lyon

Analyse des pratiques professionnelles dans le champ de la Qualité de Vie au Travail. Approfondissement des outils de prévention de la souffrance au travail.

### Objectifs généraux

- Replacer la Qualité de Vie au Travail (QVT) dans le contexte du droit du travail français
- Utiliser les outils de diagnostic et de suivi de la QVT
- Détecter efficacement et précocement la souffrance au travail
- Mettre en place des actions efficaces en correctif et en prévention (outils concrets adaptés à chaque structure)
- Adapter les outils sociologiques au sein de son organisation pour améliorer la QVT
- Développer les outils de communication et de gestion du stress et les adapter à son organisation
- Développer les outils pour mieux prendre en compte les particularités des profils neuro-atypiques
- Analyser les pratiques professionnelles (outils de communication et de gestion du stress)
- **Professionnels santé et médico-social : connaître les particularités de ce secteur par rapport à la QVT (dont lien avec les ARS) et construire et suivre son plan d'action spécifique**

### Dates et lieux

Nous contacter pour programmer une session.

### Public

Tout public, tout type de secteur, pour les modules 1, 2, 4 et 5.

Personnel travaillant, ayant travaillé, ou souhaitant travailler dans le secteur de la santé ou le médico-social pour le module 3.

### Prérequis

Expérience ou sensibilisation préalable aux problématiques de Qualité de Vie au Travail (ou QVT).

Participation ou connaissance des structures transversales de son organisation (HSE, Qualité, Management opérationnel, RSE, CSE, Service de Santé au travail etc.).

Personnel travaillant, ayant travaillé, ou souhaitant travailler dans le secteur de la santé ou le médico-social pour le module 3.

### Participants

Mini 3 – Max 12

Remise d'une attestation de participation à une ou plusieurs actions de formation.

### Bibliographie

- « Osez travailler heureux » Jacques Salomé et Christiane Potié
- « Manuel de survie dans le monde du travail » Jacques Salomé
- « Ultrasensibles au travail » Saverio Tomasella
- « Manager avec les accords toltèques » de Laurence Aubourg, Olivier Lecointre
- « Les mots sont des fenêtres » de MB Rosenberg



# SFC

Formation & Consulting

## FORMATIONS TOUT SECTEUR

### Module 1/5 : « Identifier les contours de la souffrance au travail, outils diagnostiques de Qualité de Vie au travail, leviers d' action lors des situations conflictuelles liées à des acteurs externes à l' organisation »

Durée : 7 heures en présentiel

Intervenants : Sébastien Chanlon, Céline Ferreira, Cécile Mazellier

REFERENCE : QVT-M1

Prix : 380 € TTC

#### Programme

- Introduction générale QVT : contexte législatif actuel, identification des besoins de mise en conformité de son organisation.
- Les signes de la souffrance au travail : signaux physiques et psychologiques. Détecter efficacement et précocement les signaux faibles (Méthode de priorisation des actions urgentes face à toute souffrance identifiée et actions préventives à mener).
- Les outils de diagnostic en QVT : modalités d'utilisation, exploitation des données, plans d'action (modèle de Karasek en lien entre le vécu au travail et les risques sur la santé, questionnaire de Siegrist en lien avec la reconnaissance des efforts effectués dans le travail).
- Présentation de la typologie de personnes à comportement agressif, descriptif des stratégies à adapter face à ces profils, diffusion des outils au sein de son organisation.
- Par rapport aux acteurs extérieurs à l'organisation : savoir reconnaître à temps les agressions physiques et verbales, en prendre la mesure. Inventaire des conduites à tenir.
- Brain storming pour lister les situations difficiles sur le lieu de travail face aux acteurs extérieurs à l'organisation. Les 6 principes de base de la gestion des conflits et la notion d'assertivité.

#### Moyens pédagogiques

- Vérification des pré-requis, recueil des attentes spécifiques et du niveau de connaissance en amont de la formation
- Alternance apport théorique (vidéoprotection - vidéo) et pratique en groupe lors d'exercices de simulation
- Exemples et partages d'expériences (jeux de rôle) basés sur les situations réelles « à problème » type « agression » vécues à partir d'acteurs « externes à l'organisation »
- Mise en pratique des outils de diagnostic QVT aux situations « réelles » rencontrées par les participants dans leur organisation
- Remise d'un support papier illustré dématérialisé (envoi par mail)

#### Evaluation des acquis & validation de la formation

- Vérification des acquis en fin de formation (questionnaire), retour oral sur les attentes de chaque participant

#### Recueil des avis des stagiaires

- Questionnaire de satisfaction
- Bilan de fin de formation
- Sur notre site internet : [www.sfc-formation-consulting.fr](http://www.sfc-formation-consulting.fr)

#### Objectifs

- Connaître les aspects législatifs et réglementaires (droit du travail, droit de la formation) en lien avec la souffrance en travail et la QVT, savoir comment mettre en conformité son organisation, devenir un relais sur ce thème face à sa hiérarchie et le cas échéant les institutions.
- Savoir reconnaître les signes de la souffrance au travail et en prendre la mesure, analyser les impacts sur sa propre organisation. Identifier et diffuser les actions prioritaires et secondaires à mettre en place face à ces constats.
- Connaître et utiliser les outils de diagnostic et de suivi en QVT (Le modèle de Karasek, Le modèle de Siegrist etc...)
- Exploiter les résultats, mettre en place des actions, effectuer le suivi des actions
- Connaître les profils types de personnes à comportement agressif, apprendre les méthodes pour les repérer et savoir diffuser ses outils au sein de son organisation
- Connaître et diffuser la conduite à tenir face à une agression (physique ou verbale)
- Acquérir des outils de gestion des conflits, pouvoir les transmettre aux équipes face à des interlocuteurs lors de situations délicates ou difficiles (au téléphone, en face à face)

#### Dates et lieux

Nous contacter pour programmer une session

#### Public

Tout public

#### Prérequis

Expérience ou sensibilisation préalable aux problématiques de QVT.

Participation ou connaissance des structures transversales de son organisation (HSE, Qualité, Management opérationnel, RSE, CSE, Service de Santé au travail etc.)

#### Participants

Mini 3 – Max 12

Remise d'une attestation de participation à une action de formation.

#### Bibliographie

« Osez travailler heureux » Jacques Salomé et Christiane potié »  
« Manuel de survie dans le monde du travail » Jacques Salomé



# SFC

Formation & Consulting

## FORMATIONS TOUT SECTEUR

### Module 2/5 : « Du diagnostic sociologique de son organisation aux actions concrètes pour une meilleure Qualité de Vie au Travail (QVT) , l'importance des interactions entre les acteurs internes à l'organisation et de la motivation de chacun. »

Durée : 7 heures en présentiel

Intervenants : Sébastien Chanlon, Céline Ferreira, Cécile Mazellier

REFERENCE : QVT-M2

Prix : 380 € TTC

#### Programme

- Définition d'une politique Qualité de Vie au Travail (QVT) : notions de QVT, risques psycho-sociaux, risques professionnels, ergonomie de postes et troubles musculo squelettiques (TMS).
- Outils de construction de sociogramme. Mesure des écarts par rapport à l'organigramme , notion de responsabilité ajustée. Actions qui découlent de ce diagnostic.
- Inventaire des types d'enquêtes internes (anonyme ou non), différentes modalités d'enquêtes . Modalités d'exploitation des résultats.
- Outils de création de « carte d'identité » relationnelle selon les principes de Jacques Salomé. Modalités d'utilisation en milieu professionnel.
- Apprivoiser ses émotions/sentiments en milieu professionnel.
- Organisation de réunions type « flash », détail de la mise en pratique dans le champ de la QVT.
- Bases du management visuel, son intérêt pour le suivi des plans d'action et pour la motivation des équipes.
- Conditions en environnement de travail . Engagement au travail : des valeurs aux sources de motivation.
- Les différents leviers de motivation : temps de convivialité, défi sportif, enjeux non matérialistes basés sur les valeurs communes du groupe comme les défis « écologiques » etc..
- Les principes de la « Charte de vie relationnelle pour de meilleures relations dans mon travail » selon Jacques Salomé.

#### Moyens pédagogiques

- Vérification des pré-requis, recueil des attentes spécifiques et du niveau de connaissance en amont de la formation
- Alternance apport théorique (vidéoprotection – vidéo) et pratique lors d'exercices de simulation
- Exemples et partage d'expériences basés sur les situations réelles d'identification ou d'échec de repérage de personnes en souffrance au travail
- Création de sa propre « carte d'identité » relationnelle
- Remise d'un support papier illustré dématérialisé (envoi par mail)

#### Evaluation des acquis & validation de la formation

- Vérification des acquis en fin de formation (questionnaire) , retour oral sur les attentes de chaque participant
- Consignes pour la réalisation à distance de la « Charte de vie relationnelle pour de meilleures relations dans mon travail » , travail écrit à renvoyer aux formateurs pour évaluation de la mise en pratique (facultatif pour valider le module 2 de formation, **obligatoire pour la certification des professionnels de santé et médico-sociaux : nous contacter pour ces modalités spécifiques**)

#### Recueil des avis des stagiaires

- Questionnaire de satisfaction
- Bilan oral de fin de formation
- Sur AFNOR pro-contact [www.procontact.afnor.org](http://www.procontact.afnor.org)
- Par mail : [contact@sfc-formation-consulting.fr](mailto:contact@sfc-formation-consulting.fr)
- Sur notre site internet : [www.sfc-formation-consulting.fr](http://www.sfc-formation-consulting.fr)

#### Objectifs

- Créer et gérer une politique QVT au sein de son organisation
- Construire le sociogramme de son organisation parallèlement aux organigrammes existants, identifier les écarts. Proposer les changements d'organisation adéquats, diffuser la notion de « responsabilité ajustée »
- Mener des enquêtes internes , exploiter les résultats, faire un lien avec le plan d'action global de l'organisation (dont le Document Unique)
- Guider les opérateurs dans la création de leur « Carte d'identité relationnelle »
- Organiser et animer des moments d'échange et de débriefings des situations difficiles
- Suivre efficacement ces débriefings grâce aux principes du management visuel
- Appréhender les conditions et l'environnement de travail des équipes. Proposer des aménagements .Repérer dans son organisation les sources d'engagement au travail
- Identifier et mettre en place des leviers de motivation adaptés à ses équipes en ayant conscience de l'importance de l'équilibre vie privée/vie professionnelle.
- Animer des réunions d'équipe pour définir la « Charte de vie relationnelle pour de meilleures relations dans mon travail », Diffuser et faire vivre cette Charte

#### Dates et lieux

Nous contacter pour programmer une session

#### Public

Tout public

#### Prérequis

Expérience ou sensibilisation préalable aux problématiques de QVT.

Participation ou connaissance des structures transversales de son organisation (HSE , Qualité, Management opérationnel, RSE, CSE, Service de Santé au travail etc.)

#### Participants

Mini 3 – Max 12

Remise d'une attestation de participation à une action de formation.

#### Bibliographie

« Osez travailler heureux » Jacques Salomé et Christiane potié »  
« Manuel de survie dans le monde du travail » Jacques Salomé



# SFC

Formation & Consulting

## FORMATIONS TOUT SECTEUR

### Module 3/5 : PROFESSIONNELS DE SANTE ET MEDICO-SOCIAUX « Les spécificités d' une politique « Qualité de Vie au Travail » QVT et de la souffrance au travail dans les secteurs santé et médico-social »

Durée : 7 heures en présentiel

Intervenants : Sébastien Chanlon, Céline Ferreira, Cécile Mazellier

REFERENCE : QVT-M3

Prix : 380 € TTC

#### Programme

- L'Observatoire national de la qualité de vie au travail des professionnels de santé et du médico-social et les priorités nationales : donner une impulsion nationale pour porter une priorité politique, améliorer l'environnement et les conditions de travail des professionnels au quotidien, accompagner les professionnels au changement et améliorer la détection des risques psychosociaux.
- Le rôle de l'ARS pour la QVT.
- Politique de lutte contre l'absentéisme lié aux conditions de travail difficiles
- Statistiques des reconversions professionnelles et des demandes/besoins de reconversion. Comment accueillir et gérer cette réalité sur le terrain ?
- Burn-out, dépression, suicide : contexte du secteur de la santé et du médico-social des secteurs privés et publics, contexte sanitaire, professions médicales et paramédicales les plus exposées). Que faire ?
- Des outils de management positif ou bienveillant : exemple de l'hôpital « libéré »
- Boîte à outil (communication bienveillante et gestion du stress)

#### Moyens pédagogiques

- Vérification des pré-requis, recueil des attentes spécifiques et du niveau de connaissance en amont de la formation
- Alternance apport théorique (vidéoprotection – vidéo) et pratique lors d'exercices de simulation
- Remise d'un support papier illustré dématérialisé (envoi par mail)
- Témoignage sur les situations vécues difficiles (burn out, agression des soignants)

#### Evaluation des acquis & validation de la formation

- Vérification des acquis en fin de formation (questionnaire), retour oral sur les attentes de chaque participant
- Remise d'une grille d'auto-diagnostic et de recueil des plans d'action aux participants, à appliquer à leur organisation, grilles complétées à renvoyer aux formateurs pour évaluation de la mise en pratique (facultatif pour valider le module de formation, **obligatoire pour la certification des professionnels de santé et médico-sociaux : nous contacter pour ces modalités spécifiques**)

#### Recueil des avis des stagiaires

- Questionnaire de satisfaction
- Bilan oral de fin de formation
- Sur AFNOR pro-contact [www.procontact.afnor.org](http://www.procontact.afnor.org)
- Par mail : [contact@sfc-formation-consulting.fr](mailto:contact@sfc-formation-consulting.fr)
- Sur notre site internet : [www.sfc-formation-consulting.fr](http://www.sfc-formation-consulting.fr)

#### Objectifs

- Se mettre en lien avec l'Observatoire national de la qualité de vie au travail des professionnels de santé et du médico-social
- Assimiler les priorités nationales pour la QVT en santé avec un focus sur les institutions publiques
- Se rapprocher du réseau de référent QVT des ARS
- Lutter efficacement contre l'absentéisme par des actions de prévention en QVT
- Appréhender les demandes/ besoin d'évolution de carrières, reconversion dans le secteur de la santé liées à la perception d'une « mauvaise » Qualité de Vie au travail
- Reconnaître les risques spécifiques de burn-out chez les soignants et travailleurs sociaux : repérer, agir et prévenir.
- Accompagner/soutenir les managers opérationnels et cadres de santé, chefs de service ... dans une démarche de management positif
- Mettre en pratiques des outils de l' « hôpital libéré »
- Utiliser les outils de communication « bienveillante » et de gestion du stress les plus facilement applicables dans le secteur de la santé et médico-social

#### Dates et lieux

Nous contacter pour programmer une session

#### Public

Professionnels de santé ou du secteur médico-social  
Secteur privé ou public

#### Prérequis

Expérience ou sensibilisation préalable aux problématiques de QVT.

Participation ou connaissance des structures transversales de son organisation (HSE, Qualité, Management opérationnel, RSE, CSE, Service de Santé au travail etc.)

Travailler, avoir travaillé ou envisager de travailler dans le domaine de la santé ou du médico-social

#### Participants

Mini 3 – Max 12

Remise d'une attestation de participation à une action de formation.

#### Bibliographie

« Osez travailler heureux » Jacques Salomé et Christiane Potié »  
« Manuel de survie dans le monde du travail » Jacques Salomé  
Observatoire QVT - Ministère des Solidarités et de la Santé  
([solidarites-sante.gouv.fr](http://solidarites-sante.gouv.fr))



# SFC

Formation & Consulting

## FORMATIONS TOUT SECTEUR

### Module 4/5 : « Les outils de communication et de gestion du stress pour améliorer la Qualité de Vie au Travail (QVT). Particularité des profils neuro-atypiques (hypersensibilité, HPI...) en lien avec la souffrance au travail »

Durée : 7 heures en présentiel

Intervenants : Sébastien Chanlon, Céline Ferreira, Cécile Mazellier

REFERENCE : QVT-M4

Prix : 380 € TTC

#### Programme

- Inventaire des risques psycho-sociaux et des situations de crise dans une organisation – Lien avec le service de santé au travail et les autres instances
- Les outils pour mieux se connaître type « Drivers » : théorie et exploitation des résultats.
- Les bases de l'écoute active : croyances et mise en pratique.
- Les bases de la CNV selon Marshall Rosenberg, les bases de l'écologie relationnelle selon Jacques Salomé et leurs différentes applications dans le monde du travail
- Inventaire des 5 accords toltèques selon Miguel Ruiz – Etude des grands principes de « Management » au travers des accords toltèques.
- Les différents outils de gestion du stress utilisables au travail : respiration, relaxation, méditation, yoga, sophrologie etc... et les vertus de la pause
- Les sentiments, émotions primaires et secondaires dans le monde du travail. Focus sur la « colère » et les réactions émotionnelles parasites.
- Définition du concept d'intelligence émotionnelle ou intelligence sensible selon S Tomasella.
- Réflexion sur une stratégie de « communication bienveillante » et de gestion du stress au bénéfice des membres de sa propre organisation.
- Définition des profils neuro-atypiques (HPI, Hypersensibles...)
- Les questionnaires pour repérer ces profils : inventaire et utilité.
- Focus sur l'hypersensibilité au travail et ses impacts.
- Inventaires des actions de management adaptées pour ces profils.

#### Moyens pédagogiques

- Vérification des pré-requis, recueil des attentes spécifiques et du niveau de connaissance en amont de la formation
- Alternance apport théorique (vidéoprotection – vidéo) et pratique lors d'exercices de simulation
- Remise d'un support papier illustré dématérialisé (envoi par mail)
- Témoignage sur les situations vécues difficiles (burn out, agression...)

#### Evaluation des acquis & validation de la formation

- Vérification des acquis en fin de formation (questionnaire), retour oral sur les attentes de chaque participant
- Consignes pour la réalisation à distance de la stratégie de « communication bienveillante » et de gestion du stress au bénéfice des membres de sa propre organisation, travail écrit à renvoyer aux formateurs pour évaluation de la mise en pratique (2 mois maximum)
- Débriefing des pratiques à distance (4 mois maximum) sur le déploiement effectif des outils de « communication bienveillante » et de gestion du stress au sein de son organisation (oral en visio avec un formateur)
- (pour les 2 évaluations à distance : facultatif pour valider le module de formation, obligatoire pour la certification et pour s'inscrire au module 5, nous contacter pour plus de renseignements)

#### Recueil des avis des stagiaires

- Questionnaire de satisfaction
- Bilan oral de fin de formation
- Sur AFNOR pro-contact [www.procontact.afnor.org](http://www.procontact.afnor.org)
- Par mail : [contact@sfc-formation-consulting.fr](mailto:contact@sfc-formation-consulting.fr)
- Sur notre site internet : [www.sfc-formation-consulting.fr](http://www.sfc-formation-consulting.fr)

#### Objectifs

- Etre un acteur actif de la gestion des risques psycho-sociaux et des situations de crise (harcèlement, burn-out...)
- Appréhender les outils pour mieux se connaître dont les « Drivers » dans le but de mieux communiquer en interne et externe /animer/ manager.
- Développer son « écoute active »
- Appliquer les principes de base de la communication non violente, et les principes d'une bonne « écologie relationnelle » selon Jacques Salomé, savoir appliquer simplement ces principes à la gestion de situations conflictuelles en interne et en externe à l'organisation
- Appréhender les grands principes de « management » avec les accords toltèques, savoir les mettre en applications dans la mise en place d'une communication adaptée
- Mettre en pratique des outils simples de gestion du stress en situation professionnelle
- Apprendre à reconnaître ses émotions et celles des membres de son équipe en situation professionnelle
- Apprendre à établir une stratégie pour développer ses outils de communication en interne et de gestion du stress dans son organisation.
- Savoir repérer les principaux profils neuro-atypiques. Connaître et savoir appliquer les actions de management adaptées pour prévenir une souffrance accrue au travail.

#### Dates et lieux

*Nous contacter pour programmer une session.*

#### Public

Tout public

#### Prérequis

Expérience ou sensibilisation préalable aux problématiques de QVT. Participation ou connaissance des structures transversales de son organisation (HSE, Qualité, Management opérationnel, RSE, CSE, Service de Santé au travail etc.)

#### Participants

Mini 3 – Max 12

Remise d'une attestation de participation à une action de formation.

#### Bibliographie

- « Osez travailler heureux » Jacques Salomé et Christiane potié »
- « Manuel de survie dans le monde du travail » Jacques Salomé
- « Ultrasensible au travail » Saverio Tomasella
- « Les Quatre accords toltèques » Don Miguel Ruiz
- « Les mots sont des fenêtres » M.B Rosenberg

**Module 5/5 : « Analyse des pratiques professionnelles dans le champ de la Qualité de Vie au Travail (QVT) Approfondissement des outils de prévention de la souffrance au travail »**

**Durée : 7 heures en présentiel**

Intervenants : Sébastien Chanlon, Céline Ferreira, Cécile Mazellier

REFERENCE : QVT-M5

Prix : 380 € TTC

**Programme**

- Analyse des pratiques professionnelles dans le champ de la QVT en organisant la parole des participants : retour d'expériences, vécus, conseils, solutions possibles émanant du groupe de participants. Mise en avant de l'intelligence collective dans la recherche de solutions et modalités de prévention de la souffrance au travail.
- Analyse des travaux écrits de chaque participant donnés lors du module 4 (grille d'auto-diagnostic et de recueil des plans d'action) ou remis en amont de la formation pour le public « initié » n'ayant pas participé au module 4
- Rappel sur les stratégies de « communication bienveillante » et de gestion du stress choisies au bénéfice des membres de sa propre organisation
- Focus sur un outil de communication « bienveillante » (choix au moins un mois en amont par le participant)
- Focus sur un outil de gestion du stress (choix au moins un mois en amont par le participant)
- Connaissance des moyens pour créer / intégrer un réseau
- Inventaire des réseaux QVT et des interlocuteurs/ intervenants potentiels
- Méthodologie pour la rédaction d'un mémoire en QVT

**Moyens pédagogiques**

- Vérification des pré-requis, recueil des attentes spécifiques et du niveau de connaissance en amont de la formation
- Alternance apport théorique (vidéoprotection – vidéo) et pratique lors d'exercices de simulation
- Remise d'un support papier illustré dématérialisé (envoi par mail)

**Evaluation des acquis & validation de la formation**

- Vérification des acquis en fin de formation (questionnaire), retour oral sur les attentes de chaque participant
- Jeux de rôle basés sur les situations réelles « à problème » : axés sur le choix des outils de communication « bienveillante » et de gestion du « stress ». Le choix des participants se fera au moins un mois avant la formation
- Rédaction d'un mémoire sur le déploiement d'un outil spécifique de QVT au sein de son organisation de travail (maximum 6 mois) Un soutien en distanciel à mi parcours (2 FOIS 2H) aura lieu avec un formateur à mi parcours de la rédaction du mémoire. Le mémoire sera évalué par un jury (travail écrit) (catutatif pour valider le module de formation, obligatoire pour la certification des professionnels de santé et médico-sociaux : nous contacter pour ces modalités spécifiques)

**Recueil des avis des stagiaires**

- Questionnaire de satisfaction
- Bilan oral de fin de formation
- Sur AFNOR pro-contact [www.procontact.afnor.org](http://www.procontact.afnor.org)
- Par mail : [contact@sfc-formation-consulting.fr](mailto:contact@sfc-formation-consulting.fr)
- Sur notre site internet : [www.sfc-formation-consulting.fr](http://www.sfc-formation-consulting.fr)

**Objectifs**

- Réaliser un échange à distance sur ses propres pratiques professionnelles dans le champ de la QVT
- Prendre du recul et améliorer de la stratégie de « communication bienveillante » et de gestion du stress au bénéfice des membres de sa propre organisation
- Approfondir sa maîtrise et déploiement spécifique d'un outil de communication « bienveillante » au choix parmi les suivants (*un choix par participant*) : écoute active, communication non violente, écologie relationnelle, accords tolèques ...
- Approfondir sa maîtrise et déploiement spécifique d'un outil de gestion du stress au choix parmi les suivants (*un choix par participant*) : méditation, synchronisation cardiaque, approche sophrologique, yoga ...
- Faire le point sur ses compétences en QVT pour créer ou intégrer un réseau QVT
- Trouver les interlocuteurs externes QVT adéquats pour les faire intervenir dans sa structure

**Dates et lieux**

*Nous contacter pour programmer une session.*

**Public**

Tout public ayant participé au module 4  
Ou personne initiée en responsabilité depuis au moins un an à un poste en lien avec la QVT

**Prérequis**

Expérience ou sensibilisation préalable aux problématiques de QVT.

Participation ou connaissance des structures transversales de son organisation (HSE, Qualité, Management opérationnel, RSE, CSE, Service de Santé au travail etc.)

Avoir participé au module 4

**Participants**

Mini 3 – Max 12

Remise d'une attestation de participation à une action de formation.

**Bibliographie**

- « Osez travailler heureux » Jacques Salomé et Christiane potié »
- « Manuel de survie dans le monde du travail » Jacques Salomé
- « Ultrasensible au travail » Saverio Tomasella
- « Les Quatre accords tolèques » Don Miguel Ruiz
- « Les mots sont des fenêtres » M.B Rosenberg