



# Introduction aux risques psychosociaux

FORMATION INTERENTREPRISE



# Introduction aux risques psychosociaux

Vaudoise Services SA, Corporate Health Services

## À PROPOS

Les risques psychosociaux (RPS) représentent un enjeu crucial pour la santé et le bien-être des travailleurs. Les RPS englobent une variété de facteurs qu'il est essentiel de reconnaître et de gérer afin de garantir un environnement de travail sain et durable.

Cette formation vise à fournir aux participants les connaissances et les outils nécessaires pour identifier, comprendre et gérer les risques psychosociaux et le stress au travail. Elle est conçue pour aider les personnes à mieux gérer leurs émotions, à communiquer de manière constructive et à prévenir le syndrome d'épuisement professionnel.

## OBJECTIFS

- Clarifier les risques psychosociaux et le contexte légal
- Prendre conscience de l'importance de la gestion des émotions et de la communication constructive pour un climat de travail sain
- Comprendre les mécanismes du stress, identifier les signes précurseurs et acquérir les outils de prévention et de gestion

## PUBLIC CIBLE

Cette formation s'adresse à tout public portant de l'intérêt pour cette thématique.

## PROGRAMME

8:00 - 8:15	Accueil et café
	Présentation et définition des risques psychosociaux
8:15 - 10:00	La place des émotions dans l'entreprise
10:00 - 11:30	Stress : mécanismes, signes précurseurs, prévention
11:30 - 13:00	Lunch (inclus dans le prix)
13:00 - 14:45	Syndrome de l'épuisement, ses particularités et sa gestion
14:45 - 16:30	Exercices pratiques pour intégrer les bonnes pratiques



Vaudoise Assurances  
Av. des Bains 1  
Lausanne



CHF 500.-



1 jour en  
présentiel



event@corporatehealthservices.ch  
+41 21 558 78 32