cumeo
VOS FORMATIONS SUR MESURE

Programme de formation

La prévention des risques psychosociaux (RPS) – Niveau débutant

27/04/2026

Prix INTER : à partir de 500,00 € net de TVA

Durée : 1 jour soit 7 heures

Public : Chef d'entreprise, encadrant, manager, membre élu du personnel, préventeur, personnels RH et technique

Prérequis : aucun

Objectifs :
Comprendre le phénomène d'épuisement professionnel et ses liens avec les enjeux du monde du travail dans le service public ;
Identifier les manifestations du syndrome d'épuisement professionnel et ses premiers symptômes : chez soi, chez l'autre ;
Connaître les acteurs de la prévention des risques psycho-sociaux dans le service public afin de pouvoir les alerter ;
Savoir se protéger soi-même.

Programme :

1- Comprendre
Le contexte actuel du service public en France ;
Les enjeux subjectifs du travail ;
Le stress ;
Les RPS.

2- Identifier
Connaître les facteurs déclenchant ;
Comprendre les réactions qui en découlent, psychologiques et physiologiques.

3- Savoir se protéger
Les principes de prévention primaire, secondaire, tertiaire ;
Savoir repérer les signes en soi, chez les autres ;
Savoir trouver en soi des clés pour réguler le stress ;
Prévention individuelle, prévention collective.

4- Connaître les acteurs
Les acteurs institutionnels ;
Les acteurs « de la ville » ;
Savoir alerter et connaître les limites de son propre rôle vis à vis d'un collègue en difficulté.

Formateur référent :
M. Jean-Baptiste Planchin, consultant-formateur (FPE, FPH, FPT et secteur privé), intervenant en prévention des risques professionnels agrée

Programme de formation

Méthode pédagogique :
Identification des besoins et des attentes avec un questionnaire d'évaluation des attentes et auto-positionnement ;
Activités brise-glace ;
Apport des connaissances : exposé oral et interaction avec les apprenants, activités en petits groupes pour la résolution de problèmes et des médias variés ;
Apprentissage interactif au cours de discussions, ateliers pratiques, quiz interactif.

Moyens et supports pédagogiques :
Présentations en vidéoprojection
Quiz interactif/questionnaires
Espace de stockage extranet des stagiaires : document pédagogique, documents d'informations complémentaires (articles, rapports, études, arrêts juridiques etc.), dossiers documentaires.

Modalités d'évaluation et de suivi :
20 jours avant la formation, un questionnaire de recueil des besoins et un auto-positionnement est envoyé par courriel aux participants.
La préinscription est confirmée soit après avis du responsable de formation pour un salarié, un agent public ou un bénévole soit après concertation de l'intéressé-e.
Aucune inscription ne sera validée sans une convention de formation signée.
L'évaluation par le formateur se fait tout au long de la formation.
A la fin de la formation, un questionnaire d'évaluation et de satisfaction de fin de formation ainsi qu'un auto-positionnement de fin de formation est envoyé par courriel aux participants.
90 jours après la formation, un questionnaire d'évaluation à froid est envoyé par courriel aux participants.

Informations sur l'accessibilité :
Tout participant en situation de handicap ou nécessitant une adaptation particulière, éprouvant des difficultés particulières ou ayant des contraintes spécifiques est invité à prendre contact avec notre référent handicap.
Nos modalités pédagogiques peuvent être adaptées en fonction de votre handicap par l'utilisation d'outils appropriés (documents en Braille, logiciel NVDA/Jaws, langue des signes française etc.).