



**RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET
QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL**

STRESS AU TRAVAIL : COMPRENDRE ET AGIR (POUR LES SALARIÉS)



**CONFORME À L'ARRÊTÉ
DU 23 AVRIL 2009**

**SUPPORT DE FORMATION
E-LEARNING**



Généralités

- **Support** : E-learning
 - **Durée** : 20 minutes
 - **Tarif** : Nous consulter
- Plus d'informations au
02.41.20.06.20

Environ 20% des salariés européens estiment que leur santé est affectée par des problèmes de stress au travail (Source : Fondation européenne pour l'amélioration des conditions de travail).

Ce module vise à répondre aux exigences de prévention, d'information et de formation sur le stress au travail, inscrites dans l'Arrêté du 23 avril 2009.



Public

Cette formation s'adresse à tout salarié souhaitant comprendre le phénomène de stress au travail pour réagir efficacement dans la gestion de son stress professionnel.

Objectifs de la formation

Cette formation va aider le salarié à :

- comprendre le phénomène du stress au travail ;
- reconnaître les manifestations de stress lié à l'environnement de travail ;
- savoir comment réagir face au stress professionnel.

Contenu du module

Partie 1 : Formation

Introduction

Chapitre 1 : Définir, comprendre le stress au travail

Chapitre 2 : La réaction face au stress

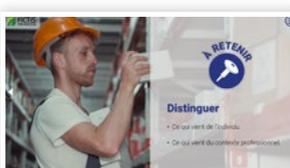
Chapitre 3 : Les facteurs de stress au travail

Chapitre 4 : Les conséquences du stress

Chapitre 5 : Guide de la gestion individuelle du stress

Le module comporte de nombreux exercices et des mises en situation filmées.

Il est complété par un document de synthèse à télécharger. L'apprenant pourra consulter ce document dès que nécessaire.



Partie 2 : Évaluation

À l'issue de la formation, l'apprenant est évalué.

Média

Ce module de formation est constitué d'animations multimédia : vidéo, photographies, 2D / 3D.

Mode d'utilisation

Formez vos apprenants via une plateforme de formation à distance.

Ce module e-learning peut être :

- installé sur la plateforme e-learning mise à disposition par Fictis Prévention ;
- installé sur votre plateforme e-learning.

Personnalisation du module

Ce module peut être personnalisé tant sur le fond que sur la forme, nous pouvons intégrer :

- vos spécificités propres : établissement, risques, consignes... ;
- votre charte graphique.

Produits connexes

Ce produit existe aussi en clé USB.

Complétez votre formation avec les solutions pédagogiques DVD, clé USB, modules e-learning, simulateurs, serious game sur les thèmes suivants :

- Sécurité générale
- Management de la Sécurité
- Equilibre vie professionnelle - vie personnelle
- Risque incendie
- Troubles musculo-squelettiques
- Risque électrique
- Risque mécanique
- Levage / Manutention / Machines
- Risque routier
- Risque chimique / CMR / Amiante
- Risques psychosociaux et qualité de vie au travail
- Risque biologique
- Sobriété énergétique / Éco-gestes
- Sûreté