



# Programme de formation

## Formation en Prévention Des risques psychosociaux (RPS) Managers



GUEGUEN-FORMATION : GUEGUEN-FORMATION 46 route de Tonquédec 22300 PLOUBEZRE  
SIRET 494 799 760 00025

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53220878422 auprès du préfet de région de BRETAGNE.

<https://www.cgueguen-formation.fr/> <https://www.facebook.com/formateur.cg22>



<b>Nom du stagiaire :</b>	Voir convocation
<b>Nom de l'entreprise :</b>	C.GUEGUEN-FORMATION
<b>Période de formation :</b>	Voir convocation
<b>Durée de la formation :</b>	14 heures 2 jours
<b>Tarif :</b>	<a href="https://catalogue.cgueguen-formation.fr/formation/formation-rps-pour-manager-intra-entreprise">https://catalogue.cgueguen-formation.fr/formation/formation-rps-pour-manager-intra-entreprise</a>
<b>Horaire :</b>	09h00 à 12h30 13h30 à 17h00
<b>Nombre de participants</b>	<b>Stagiaires :</b> 4 à 12 personnes
<b>Modalités et délais d'accès :</b>	L'inscription est réputée acquise lorsque la convention a bien été signée. Les délais d'accès à l'action sont : 15 jours+
<b>Public visé :</b>	Direction, Managers,
<b>Nom du formateur :</b>	GUEGUEN Claude
<b>Qualification du formateur :</b>	Formateur, IPRP, consultant RPS
<b>Lieu de formation :</b>	A définir Inter ou Intra
<b>Niveau de connaissances préalables requis :</b>	Aucun
<b>Objectifs de la formation :</b>	<p>Les objectifs de la formation Identifier et prévenir les risques psychosociaux (RPS) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les différents RPS et leurs effets.</li> <li>- Identifier les 6 facteurs de risques et les ressources présents dans les situations de travail.</li> <li>- Être capable d'évaluer l'urgence d'une situation et de mobiliser les bons interlocuteurs.</li> <li>- Contribuer à une démarche de prévention des RPS.</li> <li>- Connaître les outils disponibles et les critères de choix</li> </ul>
<b>Modalité :</b>	Présentiel

GUEGUEN-FORMATION : GUEGUEN-FORMATION 46 route de Tonquédec 22300 PLOUBEZRE  
SIRET 494 799 760 00025

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53220878422 auprès du préfet de région de BRETAGNE.

<https://www.cgueguen-formation.fr/> <https://www.facebook.com/formateur.cg22>



<p><b>A l'issue de cette formation l'apprenant sera capable de :</b></p>	<p><b>Identifier</b> les sources de stress et les signaux d'épuisement (chez soi et chez les autres).</p> <p><b>Désamorcer</b> les tensions et les conflits grâce à une communication adaptée.</p> <p><b>Alerter</b> les bons interlocuteurs (RH, CSE, Médecine du travail) en cas de situation critique.</p> <p><b>Proposer</b> des améliorations organisationnelles pour réduire la charge mentale.</p>
<p><b>Modalités techniques selon lesquelles le stagiaire est accompagné ou assisté, les périodes et les lieux mis à sa disposition pour s'entretenir avec les personnes chargées de l'assister ou les moyens dont il dispose pour contacter ces personnes :</b></p>	<p>En Présentiel : Le Dispositif est nécessairement exécuté sous le contrôle permanent d'un encadrant, afin de permettre à chaque Bénéficiaire d'acquérir sous les 7 heures formation sur 1 jour les notions de la formation.</p> <p>La formation a lieu dans un local ou en entreprise respectant les conditions pour un accueil en bonne et due forme.</p> <p>Toutefois, un encadrement à distance est à la disposition du Bénéficiaire tant sur le plan technique que pédagogique.</p>
<p><b>Contact accompagnant pédagogique :</b></p>	<p><u>Coordonnées de contact :</u></p> <p>Mail : c.gueguenformation@gmail.com</p> <p>Tel : 02 96 46 38 96</p> <p><u>Jours et plages horaires durant lesquels le formateur/tuteur peut être contacté à tout moment :</u></p> <p>Du Lundi au Vendredi de 08h30/12h30 et 13h30 17h30</p> <p><u>Périodes durant lesquelles le formateur peut être contacté à tout moment :</u></p> <p>Du Lundi au Vendredi de 08h30/12h30 et 13h30 17h30</p> <p>Le stagiaire peut également demander un entretien à tout moment, il doit en faire la demande par mail ou par téléphone.</p>
<p><b>Contact support technique :</b></p>	<p><u>Coordonnées de contact :</u></p> <p>Mail : c.gueguenformation@gmail.com</p> <p>Tel : 02 96 46 38 96</p> <p><u>Jours et plages horaires durant lesquels le formateur/tuteur peut être contacté à tout moment :</u></p> <p>Du Lundi au Vendredi de 08h30/12h30 et 13h30 17h30</p> <p><u>Périodes durant lesquelles le formateur peut être contacté à tout moment :</u></p>



	<p>Du Lundi au Vendredi de 08h30/12h30 et 13h30 17h30</p> <p>Le stagiaire peut également demander un entretien à tout moment, il doit en faire la demande par mail ou par téléphone.</p>
<b>Moyens Pédagogiques :</b>	<p>Alternance de théorie et de pratique en situation de travail.</p>
<b>Moyens Techniques :</b>	<p>Outils pédagogiques : Logiciel / Guide PDF / Plateforme LUDO-TECH, PC Vidéoprojecteur</p> <p>Supports pédagogiques : Livret papier ou digital téléchargeable sur le site pour chaque stagiaire.</p> <p>Les ressources humaines et l'animation</p> <p>Le cadre réglementaire et documentaire</p> <p>L'environnement et matériel adaptés selon la formation</p>
<b>Nature des travaux demandés au stagiaire et Temps estimé pour la réalisation de chacun d'entre eux :</b>	<p>Mise en application des acquis L'évaluation formative, de 5 à 10 minutes selon le module</p> <p>Mise en pratique guidée après chaque grand module</p> <p>Ateliers pratiques : études de cas, jeux de rôle ou exercices pratiques.</p> <p>Observation de la manière dont les stagiaires appliquent la théorie.</p>
<b>Délais dans lesquels les personnes en charge de son suivi sont tenues de l'assister en vue du bon déroulement de l'action :</b>	<p>Le formateur est tenu de répondre dans un délai de 72h (hors week-end et jours fériés) à toute sollicitation mail ou téléphonique de la part du stagiaire en vue du bon déroulement de l'action de formation lorsque cette aide n'est pas apportée de manière immédiate.</p>
<b>Modalités de suivi et d'évaluation des séquences de formation ouverte ou à distance :</b>	<p>Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :</p> <p>Questions réponses, mise en situation, quiz, qcm.</p>
<b>Handicap :</b>	<p>Toutes les formations dispensées dans notre organisme de formation sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage. Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.</p> <p><b>Référent :</b> <a href="https://www.cgueguen-formation.fr/referent-personne-en-situation-handicap/">https://www.cgueguen-formation.fr/referent-personne-en-situation-handicap/</a></p>
<b>Indicateurs de performance</b>	<p>Satisfaction (Formation récente — indicateurs disponibles à l'issue des premières sessions)</p> <p>Certifié (Formation récente — indicateurs disponibles à l'issue des premières sessions)</p>

1) Avant la formation.

Questionnaire de positionnement pour identifier ses propres axes de progrès.

**Jour 1 : Fondations et Définitions des RPS**

**Matinée (3h30 de formation)**

- **09h00 - 09h30 | Tour de table & Introduction**
  - Présentation du formateur et des participants, recueil des attentes.
- **09h30 - 10h15 | Les obligations du dirigeant & La systémique FRAT**
  - Cadre général et responsabilité managériale.
- **10h15 - 10h30 | Pause du matin (15 min)**
- **10h30 - 11h15 | Origines et causes des RPS : Les 6 facteurs Gollac**
  - Présentation théorique des 6 axes (intensité du travail, exigences émotionnelles, etc.).
- **11h15 - 12h30 | Atelier d'application : Les facteurs Gollac sur le terrain**
  - Exemples concrets pour chaque facteur.
  - Débat et questionnement : ces facteurs sont-ils présents dans l'établissement ?
- **12h30 - 13h30 | Pause Déjeuner (1 heure)**

**Après-midi (3h30 de formation)**

- **13h30 - 14h30 | Qu'est-ce que les RPS ? (Définitions et concepts)**
  - Définitions, catégories et chiffres clés.
  - Zoom sur le stress (aigu, chronique, post-traumatique) et les violences (internes/externes).
- **14h30 - 15h15 | Activités applicatives**
  - Exercices pratiques pour identifier et différencier les catégories de RPS.
  - Diagnostic flash : présence de ces risques dans l'établissement.
- **15h15 - 15h30 | Pause de l'après-midi (15 min)**
- **15h30 - 17h00 | La prévention des RPS**
  - Réglementation pour les salariés et les employeurs.
  - Les 3 niveaux de prévention (primaire, secondaire, tertiaire) et comment agir concrètement.

**Fin de la première journée**

## Jour 2 : Conséquences, Posture Managériale et Action

### Matinée (3h30 de formation)

- **09h00 - 09h15 | Brief & Échauffement**
  - Retour sur le Jour 1 et questions résiduelles.
- **09h15 - 10h30 | Les conséquences des RPS**
  - Impacts sur les individus (santé physique et mentale, burn-out).
  - Impacts sur les entreprises (absentéisme, baisse de productivité, climat social).
- **10h30 - 10h45 | Pause du matin (15 min)**
- **10h45 - 12h30 | Les relais et la détection**
  - Cartographie des relais internes (CSE, médecine du travail, RH) et externes.
  - **Mise en situation** : Détecter les signaux faibles et gérer les lanceurs d'alerte (posture du manager).
- **12h30 - 13h30 | Pause Déjeuner (1 heure)**

### Après-midi (3h30 de formation)

- **13h30 - 15h15 | Atelier pratique : 9 conseils pour agir**
  - Passage en revue des 9 conseils.
  - Travail de groupe / réflexion individuelle : traduire chaque conseil en une action concrète et applicable immédiatement dans l'établissement.
- **15h15 - 15h30 | Pause de l'après-midi (15 min)**
- **15h30 - 16h30 | Évaluation des connaissances & Validation**
  - Passage du QCM ou étude de cas écrite.
  - Correction collective ou feedback personnalisé.
- **16h30 - 17h00 | Clôture de la formation**
  - Bilan de fin de formation, questionnaire de satisfaction.
  - Remise des attestations de validation des acquis et des supports de formation.