

Programme de formations

Optim'RH

Conseil en stratégie des ressources humaines

MANAGEMENT

Programmes de formation V1 10/11/2022

Optim'RH – 14 Avenue du Général de Gaulle 94170 Le Perreux-sur-Marne

SIRET 883 793 648 00014 - FR FR28883793648 – Code APE 96.09Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11941142794 auprès du Préfet de région d'Ile-de-France

Tel : 06 37 67 36 20 – [mail : lydialecusson@optimrh.fr](mailto:lydialecusson@optimrh.fr)

<h2 style="margin: 0;">Manager le bien-être dans son équipe</h2> <p style="margin: 0;"><i>Concilier performance et qualité de vie au travail</i></p>	
Public concerné,	Manager ou RRH, souhaitant mettre en place des projets de développement de qualité de vie au travail au sein de leur service.
Prérequis, modalités et délai d'accès	<p>Prérequis nécessaires : Aucun prérequis n'est nécessaire. Cette formation est accessible sans condition particulière.</p> <p>Modalités d'accès : A la signature du contrat (ou de la convention et/ou à la validation de la prise en charge.</p> <p>Délai d'accès : De 2 jours à 4 semaines</p> <p>Accessibilité aux personnes en situation d'handicap : nous contacter</p>
Présentation générale (Problématique, Intérêt)	<p>Le lien entre bien-être au travail et performance des équipes n'est plus à démontrer. Un salarié épanoui et bien dans son travail en vaut deux. Et vous, où en êtes-vous en termes de bien-être de vos équipes ? Vos collaborateurs sont-ils heureux de venir au travail. Êtes-vous un manager bienveillant, reconnaissant et valorisant ?</p> <p>Grâce à cette formation, vous aurez toutes les clés pour obtenir le meilleur de vos collaborateurs en humanisant la performance. Vous disposerez de tous les outils pour évaluer leur bien-être, analyser vos propres attitudes et comportements et ainsi améliorer la qualité de vie au travail au sein de vos équipes.</p>
Objectifs	<p>A l'issue de la formation, vous serez en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Identifier les fondements de la performance et du plaisir au travail pour pouvoir agir conjointement sur les deux volets. . Trouver des solutions originales et concrètes pour améliorer l'efficacité de votre organisation tout en respectant les personnes. . Développer la coopération et le bien-être au travail au sein de votre équipe.
Contenu de la formation	<p>Programme détaillé :</p> <p>Module 1 : Qu'est-ce que le bien-être au travail et la performance</p> <ul style="list-style-type: none"> • Donner de la réalité au bien-être au travail et à la performance : construire des indicateurs, • Où en est votre service, votre entreprise : outils et méthodes de diagnostic, • Comment s'articulent, sens, motivation, engagement, satisfaction et bien-être, • A quels besoins le travail répond-il ? <p>Activité(s) pratique(s)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Découverte des leviers communs de la performance et du bien-être au travail <p>Module 2 : Élaborer un dispositif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Définir des méthodes de prévention, • Mettre en place un processus d'alerte, • Comprendre les émotions humaines et leur utilité, être à l'écoute, • Savoir gérer les émotions des collaborateurs : reconnaître, accueillir, traiter, • Adopter des comportements efficaces en situations difficiles : que faire face aux premiers signes de stress individuel ou collectif ? Que faire face à une personne à un stade avancé de stress ? • Identifier les sources de tension personnelle liées à l'activité et au travail en équipe chez les collaborateurs. <p>Activité(s) pratique(s)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analyse d'un cas pratique : éliminer les obstacles qui nuisent au bon fonctionnement

	<p>Module 3 : S'appuyer sur son système de management</p> <ul style="list-style-type: none"> • S'entraîner à l'écoute active, • Donner du sens à la contribution de chacun, • Reconnaître et valoriser, • Créer de la coopération et du soutien, • Travailler sur les facteurs de satisfaction et de motivation des collaborateurs, faire le lien avec la réduction des tensions perçues, • Créer des ambiances conviviales propices à la performance, • Mettre en œuvre des actions de co-développement. <p>Activité(s) pratique(s)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Test d'auto-évaluation sur les repères de management • Cas pratique : recherche et association de pratiques de management avec les conditions de la coopération <p>Module 4 : Gagner en sérénité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adopter les postures, comportements et discours favorisant des échanges sereins autour des exigences de performance, • La stratégie : un plaisir professionnel par jour, • Gérer votre énergie et celle de vos collaborateurs : à la journée, à la semaine, à l'année, • Élaborer un plan d'actions personnel. <p>Activité(s) pratique(s)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cas pratique : Cas pratique : piloter et animer son équipe en mode Agile
<p>Modalités pédagogiques</p>	<p>Méthodes pédagogiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage en présentiel : - Participative/active - Interrogative • Apprentissage en ligne - Ressources et activités en autonomie supervisée - 4 rendez-vous en présentiel - Rendez-vous à la demande <p>Apports théoriques et études de cas pratiques, Échanges Travaux pratiques Séquences de progression basées sous forme de mise en situation. Étude de cas Élaboration de plan d'actions adapté à la situation Film, vidéo...</p> <p>Moyens pédagogiques :</p> <p>Salle de formation (réelle ou virtuelle) Paperboard Vidéo projecteur, micro-ordinateur portable. Les participants sont invités à venir avec leur matériel (bloc papier, ordinateur portable, tablette ...).</p> <p>Modalités :</p> <p>Présentiel, Distanciel, Formation possible en intra ou en inter Feuille émargement et certificat de réalisation</p>
<p>Durée</p>	<p>Durée totale : 3 jours (Soit 21 heures)</p>
<p>Dates</p>	<p>Dates : A définir Contactez-nous via notre site web ou par téléphone pour connaître les prochaines dates de session et réserver votre place.</p>
<p>Lieu(x)</p>	<p>A définir (ou en ligne)</p>
<p>Coût de la formation</p>	<p>En inter : coût par participant 1 600 € HT</p>

	En intra : groupe min 3 pers. et max 12 pers. : 6 400 HT
Responsable de l'action, Contact	LECUSSON Lydia Responsable pédagogique Mail : lydialecusson@optimrh.fr Tél : 06 37 67 36 20
Évaluation de l'action	<ul style="list-style-type: none"> - Évaluation de l'atteinte des objectifs de la formation par QCM en fin de formation avis favorable à partir de 11/20 - Évaluation à chaud en fin de formation par questionnaire de satisfaction - Certificat de fin de stage