

S'engager dans une démarche individuelle de santé au travail niveau Exploration

Prendre soin de sa santé au travail est une priorité, notamment pour les **métiers exposés à des risques** sur la santé physique ou mentale et les **populations vieillissantes sur leur poste**. Pour autant, les salariés ont-ils conscience de leur santé au travail ? Savent-ils vers qui se tourner pour la préserver ?

La formation « **S'engager dans une démarche individuelle de santé au travail - Niveau Exploration** » apporte des **réponses concrètes** à ces questions et clarifie **la part de responsabilité de chacun** - salarié et employeur - dans la **prévention et le maintien en emploi**.

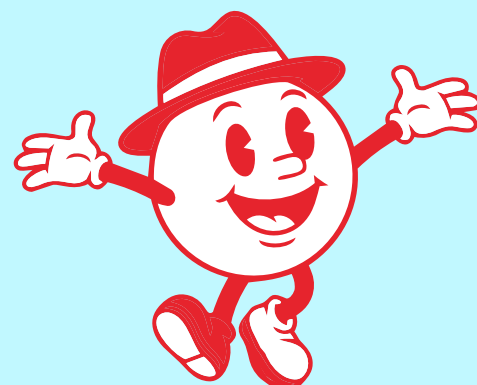
OBJECTIFS

- Comprendre les facteurs de risques de santé au travail
- Analyser ses besoins professionnels pour prévenir les risques de santé au travail
- Adopter une stratégie personnelle de santé au travail
- Mettre en place des actions personnelles de santé au travail



PROGRAMME

- La courbe du changement
- Les risques endogènes et exogènes de santé au travail
- Les six facteurs de pénibilité au travail
- Les six familles de risques psychosociaux
- Les signaux faibles d'un risque de santé physique / mentale
- Les besoins professionnels au prisme de la QVCT
- Les préventions primaire, secondaire, tertiaire de santé au travail
- Les acteurs de la santé au travail et du maintien à l'emploi
- La matrice des priorités pour organiser efficacement son travail
- La méthode P.A.U.S.E. (Poser, Approcher, Unifier, Suggérer, Engager) pour communiquer



PARTICIPANTS

- Collaborateurs, managers, RH
- 6-12 participants
- Prérequis : Aucun prérequis

DÉROULEMENT

- Durée : 7h
- Lieu : Sur site
- Dates et horaires : Adaptés à vos besoins
- Délai de 3 semaines d'accès à la formation



Réservez votre place et... **REPARTEZ AVEC DES ACTIONS !**



S'engager dans une démarche individuelle de santé au travail niveau Exploration



Joachim LEVY

Passionné et expert de la Différence, de l'inclusion, de la résilience

Témoin-expert en Handicap

10 ans d'expérience de formateur

500 accompagnements vers l'emploi

Référent Handicap

Secouriste en Santé Mentale



ÉVALUATION

Reformulations régulières des apprentissages

Questionnaire de connaissances

Questionnaire de satisfaction

Suivi d'impact social possible (Contactez-nous.)



ACCESSIBILITÉ



Vous êtes en situation de handicap ?

Contactez-nous.



MATÉRIEL

Serious game Le Labyrinthe des mythes



LIVRABLES

Carnet de route Le Labyrinthe des Mythes

Support pédagogique

Auto-diagnostic "Bien-être au travail"



POUR ALLER PLUS LOIN...

Atelier collectif "Agir collectivement pour améliorer sa santé au travail"



PÉDAGOGIE

Ludopédagogie

Étude de cas

Mise en situation

Apports théoriques



SATISFACTION CLIENT

+ de 60 participants en 2026



TARIFS

À partir de 550€ HT / participant (inter)

À partir de 1695€ HT / groupe (intra)

Réservez votre place et... **REPARTEZ AVEC DES ACTIONS !**

