

Q

**EASY
LEARN**

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

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



photo non contractuelle

Conforme à l'Arrêté
du 23 avril 2009

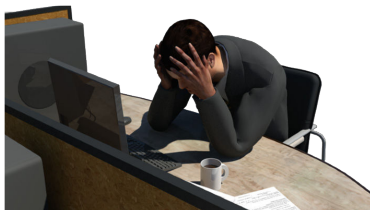
**MODULE DE FORMATION
E-LEARNING**

Généralités

- **Support** : E-learning
- **Durée** : 20 minutes

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 :

- 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

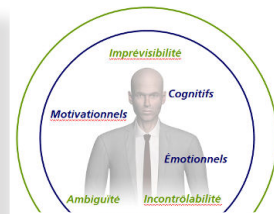
Chapitre 2 : La réaction face au stress

Chapitre 3 : Les facteurs de stress au travail

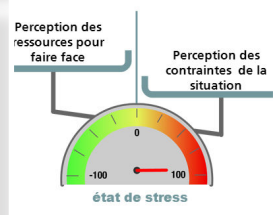
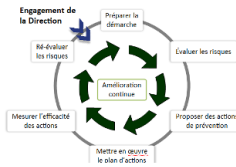
Chapitre 4 : Les conséquences du stress

Chapitre 5 : Guide de la gestion individuelle du stress

Le module comporte de nombreux exercices et des mises en situation filmées. Des documents ressources téléchargeables complètent la formation.



MARCHE DE PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS



Partie 2 : Évaluation (via QCM)

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

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 Onlineformapro ;
- installé sur votre plateforme e-learning.

Personnalisation du module

Ce module est personnalisable sur le fond et/ou 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
- Levage / Manutention / Machines
- Risque routier
- Risque chimique / CMR / Amiante
- Risques psychosociaux et qualité de vie au travail
- Risque biologique
- Développement durable
- Sûreté