SylvainMassacret
CONSULTANT FORMATEUR QVCT & SOPHROLOGUE

FORMATION QVCT

« Replacer les collaborateurs au cœur de leur Qualité de Vie et Conditions de Travail »

Thèmes
→ Prévention des Risques Psycho-Sociaux (RPS)
→ Amélioration des Conditions de Travail et de la Performance



Objectifs de la formation
L'objectif de cette formation est de permettre aux collaborateurs de s'emparer des Risques Psycho-Sociaux (RPS) et la Qualité de Vie et les Conditions de travail (QVCT).

Journée 1
- Se situer dans les enjeux de la QVCT
- Détecter ses facteurs de stress
- Comprendre et gérer son stress professionnel
- Prévenir les risques professionnels

Journée 2
- Être force de proposition en QVCT
- Contribuer collectivement à l'amélioration de la QVCT
- Transformer ses émotions en ressources
- Devenir un acteur de sa vie professionnelle et personnelle

Au terme de cette formation, les collaborateurs savent :
→ parler le même langage QVCT
→ prévenir les risques psycho-sociaux (RPS)
→ proposer des améliorations de conditions de travail tout en développant la performance de l'entreprise

Qui suis-je ?
Sylvain Massacret
Consultant-Formateur en QVCT et sophrologue

"La formation, la sophrologie et l'écoute active sont des disciplines complémentaires que je propose avec sincérité, discernement et bienveillance.

Diplômé de l'Ecole Supérieure de Sophrologie Appliquée (ESSA), j'ai à mon actif un parcours professionnel pluriel : entrepreneur, salarié, délégué du personnel et sportif de haut-niveau.

FORMATION DE 2 JOURS
EN PRÉSENTIEL

8-10 PERSONNES

TARIF 1 250€ HT/J.

POUR TOUS
RENSEIGNEMENTS

06 87 10 45 98

contact@sylvain-massacret.com

www.sylvain-massacret.com