

# qualisocial

Santé | Bien-être | Engagement

Catalogue de formations

*Prévention des risques et  
amélioration de la qualité  
de vie au travail*

**Prévenir**

**Améliorer**

**Accompagner**



# Les facteurs clés de succès de nos formations



**Une approche pédagogique simple et pratique**  
*Elle permet aux agents d'intégrer efficacement les concepts et de disposer d'un référentiel commun*



**Un choix d'outils et de méthodes opérationnels**  
*Les agents peuvent directement les utiliser dans leur activité quotidienne*



**Un parti pris : une place primordiale accordée aux échanges**  
*Le partage d'expériences et de pratiques font émerger des solutions concrètes en alternance avec les apports théoriques*

*Nous adaptons nos ingénieries pédagogiques en fonction des besoins précis de votre organisation*

## Nos **modules** et **approche pédagogique** de formation pour sensibiliser l'ensemble des agents

# 80% PRATIQUE

| 20% théorique

Études de cas

Débats

Exercices de mise en situation

Questionnaires d'auto-évaluation

Partage d'expériences

Vidéos

Nous pouvons également utiliser un outil à distance pour réaliser nos formations afin d'être en capacité de s'adapter aux spécificités de votre organisation

*Toutes nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap.*

*Contactez-nous à [handicap@qualisocial.com](mailto:handicap@qualisocial.com) pour plus d'informations.*

**qualisocial**





Notre outil pour  
une **animation  
interactive & un  
fort taux  
d'engagement  
des participants**



**1 formateur expert des  
risques psychosociaux  
et formé à l'outil  
Beekast**



**Webcam, micro et chat  
public et privé : tous les  
outils pour rendre la  
formation interactive et  
échanger avec le  
formateur et les  
participants**



- Des modules collaboratifs**
- Présentation annotable par tous les participants
  - Possibilité de créer des sondages /quizz /questionnaires avec résultats en direct
  - La possibilité de connecter jusqu'à 25 personnes



**Un accès simplifié à la  
salle de formation  
virtuelle :**  
Pas besoin de se créer un  
compte, il suffit de cliquer  
sur le lien reçu

---

# Nos actions de formations



**7,6/10**

de note de satisfaction moyenne

attribuée par nos clients

# Nos actions de formations :

## S'affirmer, savoir exprimer ses émotions et ses pensées

### La gestion du stress

*Durée : 1/2 journée  
Tous publics*

#### OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes du stress
- Mettre en place des stratégies pour réduire les stressés
- Maîtriser ses émotions en situation de stress pour favoriser la communication

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Exercices et techniques corporelles, visualisation, relaxation, sophrologie,...

### Développer sa résilience

*Durée : 1/2 journée  
Public : collaborateurs, managers*

#### OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes de la résilience
- Être en capacité de reconnaître ses forces
- Rebondir face aux situations difficiles et aux conflits
- S'écouter et prendre soin de soi

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Exercices de mise en situation  
Partage d'expérience

### Gestion des émotions

*Durée : 1/2 journée  
Tous publics*

#### OBJECTIFS

- Savoir identifier les émotions et leur impact
- Savoir différencier les émotions positives et négatives
- Transformer les freins émotionnels en facteurs de réussite
- Pratiquer les techniques et exercices de relaxation

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Exercices de mise en situation  
Partage d'expérience

### La communication non violente

*Durée : 1/2 journée  
Tous publics*

#### OBJECTIFS

- Développer la cohésion d'équipe et la collaboration
- Être à l'écoute de soi et son équipe
- Favoriser la coopération et les partages

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Exercices de mise en situation  
Jeux de rôle  
Partage d'expérience

### Faire face aux incivilités, agressions

*Durée : 1/2 journée  
Public : collaborateurs, managers*

#### OBJECTIFS

- Savoir repérer les personnalités difficiles
- Identifier son fonctionnement émotionnel et celui d'autrui
- Développer l'empathie, le détachement et la fermeté bienveillante

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Exercice du bonhomme  
Photolangage  
Partage d'expérience

Tarif sur mesure : veuillez nous contacter pour obtenir votre devis personnalisé  
[contact@qualisocial.com](mailto:contact@qualisocial.com) - 01 84 17 83 80

qualisocial



# Nos actions de formations :

## Anticiper et gérer les risques psychosociaux

### Prévention des RPS pour les non-encadrants

*Durée : 1/2 journée  
Public : collaborateurs*

#### OBJECTIFS

- Comprendre ce que sont les RPS
- Identifier les ressources pour être soutenu en cas de besoin
- Être en mesure d'adopter une stratégie d'adaptation face au changement

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Autodiagnostic  
Exercices de mise en situation  
Etudes de cas

### Prévention des RPS pour les encadrants

*Durée : 1/2 à 1 journée  
Public : managers, RH, dirigeants*

#### OBJECTIFS

- Comprendre ce que sont les RPS
- Prévenir les RPS à travers la pratique managériale du quotidien
- Identifier les modes d'actions en prévention des risques psychosociaux

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Autodiagnostic  
Echange de pratiques  
Etudes de cas

### La conduite du changement en entreprise

*Durée : 1/2 à 1 journée  
Public : managers, RH, dirigeants*

#### OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes du changement
- Savoir communiquer, en interne, sur les changements à venir
- Savoir gérer l'humain
- Accroître son leadership

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Exercices de mise en situation  
Partage d'expérience

Tarif sur mesure : veuillez nous contacter pour obtenir votre devis personnalisé  
[contact@qualisocial.com](mailto:contact@qualisocial.com) - 01 84 17 83 80

Nos actions de formations :

## Prévenir le harcèlement moral et sexuel

### Faire face à une situation de harcèlement moral

*Durée : 1/2 journée  
Tous publics*

#### OBJECTIFS

- Connaître les définitions et la juridiction du harcèlement moral
- Connaître les impacts sur la santé
- Savoir déceler et gérer un cas de dit-harcèlement
- Mettre en œuvre des actions de prévention

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Partage d'expérience  
Études de cas

### Faire face à une situation de harcèlement sexuel

*Durée : 1/2 journée  
Tous publics*

#### OBJECTIFS

- Connaître les définitions et la juridiction du harcèlement sexuel
- Connaître les impacts sur la santé
- Savoir déceler et gérer un cas de dit-harcèlement
- Mettre en œuvre des actions de prévention

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Partage d'expérience  
Études de cas

### Formation référent harcèlement

*Durée : 1/2 journée  
Public : RH, référents*

#### OBJECTIFS

- Connaître les définitions et la juridiction du harcèlement (moral et sexuel) et les impacts sur la santé
- Savoir accueillir et accompagner une victime présumée ou un témoin (écoute active)
- Savoir renseigner la fiche de signalement et connaître les étapes d'une enquête

#### APPROCHE PEDAGOGIQUE

Partage d'expérience  
Études de cas

Tarif sur mesure : veuillez nous contacter pour obtenir votre devis personnalisé  
[contact@qualisocial.com](mailto:contact@qualisocial.com) - 01 84 17 83 80



**5**

# **Nous connaître**

# qualisocial est expert en prévention des risques psychosociaux depuis 20 ans



## CE QUE NOUS FAISONS

### Notre histoire

- **20 ans d'expertise** sur les questions d'engagement, de bien-être et de santé mentale au travail

### Nos métiers

- **Prévenir** les Risques Psychosociaux
- **Améliorer** la Qualité de Vie au Travail
- **Accompagner** le changement dans les organisations



## NOS CHIFFRES CLÉS

- + **750 experts** répartis sur tout le territoire
- + **500 organisations** accompagnées
- + **10 000 organisations** couvertes
- + **70 millions de personnes** couvertes

**Nous aidons les organisations à faciliter les relations humaines dans un monde de plus en plus complexe**

# qualisocial s'appuie sur des engagements fondamentaux

## NOS AGRÉMENTS ET CERTIFICATIONS

membre de la  
**FIRPS**



## NOS ENGAGEMENTS

- **Déontologiques** : Confidentialité, Anonymat, Neutralité, Réactivité, Innovation
- **Conformité RGPD** et respect de la CNIL
- Impacts **environnementaux**



Pour garantir à nos clients un accompagnement respectueux des « droits fondamentaux des personnes, et spécialement de leur dignité, de leur liberté et de leur protection » (Code de Déontologie des psychologues, 2012)