

Manager par le bien-être au travail

Cette formation offre des outils pratiques et une vision claire pour devenir un leader capable d'allier efficacité et bien-être au quotidien du travail.

Public :

Managers

Responsable RH

Dirigeants d'entreprise et toute personne souhaitant manager par le bien-être au travail.

Prérequis :

- La connaissance des principes de base de management est un atout
- Avoir un ordinateur et une connexion internet haut débit

Durée :

2 jours (soit 14h heures) / Classe distancielle

Prix :

1680€

Objectifs de la formation

Identifier les leviers de motivation basés sur le bien-être.

Évaluer la qualité de vie au travail (QVT) au sein de son équipe.

Adapter son style de management aux besoins spécifiques de l'équipe.

Appliquer des techniques favorisant un équilibre entre production et bien-être individuel.

Contenu de la formation

Module 1 : Diagnostic de la qualité de vie au travail (QVT)

- Analyser les principaux indicateurs de QVT (absentéisme, turnover, satisfaction).
- Identifier les facteurs de satisfaction et de stress dans son équipe.
- Utiliser des outils pour évaluer la QVT.

Module 2 : Stratégies pour concilier productivité et bien-être

- Planifier des actions de management pour équilibrer bien-être et performance.
- Mettre en œuvre des stratégies favorisant un environnement de travail sain et motivant.
- Évaluer les impacts des stratégies de bien-être sur la productivité.

Module 3 : Bien-être individuel et collectif

- Proposer des solutions nutritionnelles pour maintenir l'énergie et la concentration.
- Intégrer des activités sportives et de relaxation dans la routine professionnelle.
- Favoriser la motivation des collaborateurs en appliquant des techniques innovantes.

Organisation de la formation

Délais et modalité d'accès

Prendre contact avec nous au 01.89.86.87.55 ou info@acforma.fr
Le délai d'accès est 3 minimum avant le début de la formation
En visioconférence via la plateforme Google Meet

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Les situations de handicap peuvent être signalées lors de la demande de l'inscription à la réception du questionnaire de pré-formation. En cas de mention, le référent handicap prend contact avec le candidat pour étudier les possibilités d'aménagement.

Méthodes mobilisées

Documents supports de formation projetés.
Ateliers interactifs : Diagnostic QVT, plan d'action personnalisé.
Études de cas réels : Analyse et réflexion collective.
Exercices pratiques : Sophrologie, respiration guidée, étirements.
Discussions collaboratives : Partage de bonnes pratiques en management.

Dispositif de suivi et évaluation des résultats de la formation

Diagnostic initial et final de la QVT
Évaluation à chaud (satisfaction des participants)
Plan d'actions à élaborer par chaque participant (post-formation)
Questionnaire rétrospectif (60 jours) après la formation pour réexaminer l'implémentation des plans d'action.

Qualité et indicateurs de résultats

- Taux de satisfaction des participants
- Taux des participants ayant élaboré un plan QVT
- Nombre de stratégies de bien-être appliquées dans les entreprises après la formation