

SEMINAIRE DE FORMATION
INTRA

Pour Qui ?

Ce séminaire est destiné aux
PCA, PDG, DG, DGA... et
Directeurs opérationnels

GESTION DU STRESS

SELON DI MARTINO (expert du BIT) : « Le stress se développe sous toutes les latitudes, dans toutes les professions, touche toutes les catégories sociales. Une étude européenne a montré qu'un salarié sur cinq déclare souffrir de troubles de la santé liés au stress au travail.

Le stress constitue par conséquent, une préoccupation du monde du travail. En Côte d'Ivoire, les situations de stress en entreprise se retrouvent dans les domaines à forte intensité concurrentielle comme la téléphonie, les assurances, les banques, etc.

Sommaire

Page 1 :
Présentation

Page 2 :
Objectifs
Contenu
Bénéfices

Page 3 :
Méthodologie
Atouts
Horaire

OBJECTIFS DU SEMINAIRE

Ce séminaire vise les objectifs suivants:

- ▶ Identifier les facteurs de stress en entreprise.
- ▶ Permettre aux participants de prendre conscience de la réalité et de la gravité potentielle des risques liés au stress en milieu professionnel.
- ▶ Se familiariser avec les moyens et méthodes permettant de le prévenir et, au cas où il survient, de le combattre.

INTERVENANT PRINCIPAL

Pr Yves **YOBOUET KOUAME**

Directeur de la Santé et
Sécurité au travail

Ministère de la Fonction
publique et de l'Emploi

CONTENU DE LA FORMATION

Le programme de cette formation sera axé autour des éléments suivants :

Quelle est la définition du stress ?

Les conséquences du stress

- ▶ Sur l'individu.
- ▶ Sur le groupe.
- ▶ Sur l'entreprise.
- ▶ Coûts pour la société dans son ensemble.

Combattre le stress en entreprise

- ▶ Les facteurs de risque.
- ▶ Les moyens de lutte.
- ▶ Le cas spécifique des femmes.
- ▶ La méthode de lutte (modèle de Karasek ; modèle J. Siegrist).

BENEFICE

Les outils et méthodes proposées permettront aux participants :

- ▶ D'identifier les sources de surmenage et les facteurs communs et personnels de stress.
- ▶ D'avoir une meilleure connaissance de soi afin de créer un équilibre entre le corps, la vie professionnelle et la vie privée.
- ▶ D'avoir une meilleure synergie des différentes composantes de la vie.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Tél : 22 41 71 11

Fax : 22 41 12 77

Email : info@ihe-afrique.org

METHODOLOGIE

- ▶ Une formation basée sur des supports multimédia variés et des études de cas conçus dans les meilleures écoles de gestion, notamment de la HARVARD Business School et l'IESE Business School de BARCELONE.
- ▶ Une formation résolument tournée vers l'application et l'action qui focalise l'apprenant sur la recherche de solutions à ses problèmes spécifiques.
- ▶ Une animation pédagogique qui crée une ambiance chaleureuse et cordiale favorable aux échanges, au benchmark et aux bonnes pratiques.

LES ATOUTS DE L'IHE-Afrique

- ▶ Des formateurs et animateurs nationaux et étrangers d'un niveau élevé attesté par leur niveau académique et/ou leur expérience professionnelle.
- ▶ Un cadre de travail agréable dans un réceptif hôtelier de classe internationale.
- ▶ Un programme de continuité après la formation ainsi que la remise d'un ouvrage de référence pour renforcer les acquis et inviter le participant à aller plus loin dans ses connaissances sur le thème.

NB : Possibilité d'animer nos formations au sein d'une entreprise après en avoir adapté les objectifs et contenus à sa situation et ses problèmes spécifiques.

HORAIRE

- ▶ Ce séminaire de formation se déroule sur une journée de 08H30 à 17H avec le déjeuner à 13H.

•En cas de force majeure, l'IHE-Afrique se réserve la possibilité de reporter l'organisation du séminaire.