

## Santé des seniors au travail

**Responsables:** Virginie Halley des Fontaines (UPMC)

### Public et prérequis

- Personnels en relation avec des usagers.
- Personnels animant des équipes.
- Médecin du Travail
- Infirmier(e) du Travail
- Responsable RH
- Responsable Prévention
- Assistant(e) Social du Travail
- Psychologue du Travail
- Membre du CHSCT

### Objectifs

Spécificités des RPS et TMS pour les employés de plus de 50 ans et pour ceux qui ont une grande ancienneté dans une même entreprise

#### Objectifs opérationnels :

- Identifier les situations de vulnérabilité.
- En période de tension, savoir reconnaître les seuils de crise et être capable d'orienter vers des issues individuelles et collectives.
- Mettre en œuvre les stratégies et les moyens de prévention des risques psychosociaux au sein d'une organisation professionnelle.
- Proposer différentes approches pour prévenir les situations stressantes.

### Contenus

#### 1ère journée

- Etude des risques professionnels mettant en jeu l'intégrité physique (maladies psychosomatiques, troubles du sommeil, fatigue chronique et troubles musculo-squelettiques) et la santé mentale (stress, violences, souffrance psychique).
- Perception des attentes du personnel et mise en œuvre d'une sensibilisation.
- Modalités du diagnostic et de l'évaluation du stress.

#### 2ème journée :

- Stress et organisation : quand l'entreprise produit du stress. Le rôle des RH et de la Médecine du travail : comment construire des relations de partenariat privilégiées ?
- Présentation de situations de crise (individuelles, collectives)
- Synthèse et pistes de réflexion

### À l'issue de la formation, les participants seront capables :

- Mobiliser les différents acteurs de l'entreprise autour de la prévention des RPS (sensibilisation)
- Comprendre le phénomène de stress au travail ;
- Développer des compétences personnelles pour gérer son propre stress ;
- Connaître les leviers d'action individuels et collectifs pour agir.
- perception des interactions entre santé publique et santé privée.

### Outils pédagogiques :

- Pratique de jeux de rôles à partir de situations réelles ou construites ;
- Travail en sous-groupes pour élaborer des plans d'action au cours de la formation ;
- Quizz avec l'outil power vote.

### Organisation

#### Durée et rythme de la formation :

Stage de 2 jours répartis sur 3 jours non consécutifs.

**Nombre de participants :** minimum 6 – maxi 20.

### Calendrier

**Possibilité de sessions sur demande.**

### Validation

Attestation de stage.

### Tarif

1 050 €.

(Individuels et demandeurs d'emploi, nous consulter).

**Mots-clés :** Seniors, stress, santé au travail, conduites addictives, souffrance au travail, formation.

### Contact Pédagogique

Dr Virginie Halley des Fontaines – 01 42 16 03 25  
email : [virginie.halley\\_des\\_fontaines@upmc.fr](mailto:virginie.halley_des_fontaines@upmc.fr)

### Contact Administratif (code formation L009)

Formation continue-Secteur médecine - 01 44 27 82 82  
Email : [fmedecine@upmc.fr](mailto:fmedecine@upmc.fr)

Accueil : : 4, Place Jussieu - Bât 14/24 – Case 1520 - 5<sup>ème</sup> étage  
75252 Paris Cedex 05