

**Atelier 2 : Atelier interactif « Ensemble, développons nos stratégies pour favoriser la santé psychologique au travail » (90 minutes)**

**Objectifs :**

- Favoriser la co-responsabilisation et susciter un engagement collectif à l'égard de la promotion de la santé psychologique à travers tous les niveaux hiérarchiques de l'organisation;
- Ouvrir un dialogue respectueux entre les différents acteurs de façon à favoriser l'apparition de nouveaux comportements qui agiront de façon durable comme facteurs de protection;
- Permettre aux participants d'identifier des outils/stratégies efficaces mis en lumière par la science pour gérer le stress et améliorer le mieux-être au travail.
- Sensibiliser aux effets du stress.
- Amener les équipes à déterminer des stratégies appropriées à leurs besoins et à leur contexte de travail spécifiques et à s'engager à mettre en œuvre un plan d'action commun.

**Contenu :**

- Les facteurs de risque/facteurs de stress en milieu de travail;
- Les facteurs de protection en tant qu'équipe/organisation;
- Les stratégies concrètes appropriées aux besoins spécifiques et au contexte de travail;
- Comment puis-je soutenir mes collègues?
- Choisir collectivement les cibles à prioriser et s'engager à poser des gestes concrets.
- Les indicateurs de succès

**Approche :**

- Facilitation de groupe en mode de co-développement professionnel
- Activités collaboratives guidées : exercice de réflexion, échanges en petits groupes, plénière en grand groupe, discussions et remue-méninges
- Participation active de tous
- Trousse de courtes vidéos portant sur la communication et la reconnaissance
- Certificat d'engagement collectif