

Les livres blancs AXIS MUNDI

Semaine de la QVCT

Un levier stratégique pour
transformer l'entreprise



OUVERTURE & POSITIONNEMENT

La Semaine de la QVCT : un temps managérial et stratégique pour faire évoluer l'entreprise

Aujourd'hui, la question n'est plus de savoir s'il faut transformer l'entreprise, mais comment le faire **sans fragiliser durablement les équipes et le collectif**.

Dans ce contexte, la Semaine de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail s'est imposée comme un rendez-vous structurant, reconnu, attendu et mobilisateur. Lorsqu'elle est **pensée avec méthode**, elle **dépasse largement le cadre d'une opération** de communication ou **d'un temps RH symbolique**.

Elle devient un **outil managérial** à part entière.

C'est un temps rare, volontairement collectif, qui permet à l'organisation de **prendre de la hauteur sans se déconnecter du terrain**. Un temps pour tester, expérimenter, ajuster. Un temps pour **transformer des intentions stratégiques en expériences vécues**.

Pour l'entreprise, les **bénéfices** sont clairs :

- ✓ une lisibilité accrue des engagements portés par la direction,
- ✓ un levier d'engagement fort, car les équipes sont invitées à agir, pas seulement à écouter,
- ✓ une dynamique positive qui irrigue bien au-delà de la semaine elle-même.

Bien pensée, la Semaine de la QVCT n'est pas une parenthèse.

Elle constitue un **point d'appui stratégique** pour accompagner les évolutions de l'entreprise.

Dans un contexte de transformations profondes et continues, ces temps prennent **une dimension décisive**.

La Semaine de la QVCT offre en effet un cadre légitime pour :

- ✓ remettre le travail réel au centre des échanges,
- ✓ ouvrir des espaces de dialogue sécurisés,
- ✓ faire émerger des sujets souvent traités en périphérie ou trop tard,
- ✓ engager collaborateurs et managers dans une démarche concrète et partagée.



ENJEUX & CADRE STRATÉGIQUE

Pourquoi la QVCT est aujourd'hui un levier clé de la transformation des organisations ?

Les transformations organisationnelles, managériales et technologiques ne sont plus des projets ponctuels. Elles s'inscrivent désormais dans la **durée et redéfinissent en profondeur les conditions de travail**.

Cette réalité a un impact direct sur les équipes.

50%* des salariés considèrent que **les changements organisationnels dégradent leurs conditions de travail** lorsqu'ils sont insuffisamment accompagnés.

*Travaux de l'ANACT

L'INRS met en évidence un **lien clair** entre **intensification du travail**, **incertitude organisationnelle** et **développement des risques psychosociaux**.

Pour les directions, l'enjeu est double :

- **réussir les transformations,**
- **sans créer de fragilisation durable des ressources humaines et collectives.**

C'est précisément à cette articulation que répond la QVCT.

Les entreprises engagées dans une démarche QVCT structurée observent une **amélioration durable du dialogue interne**, une **coopération renforcée** et une **meilleure appropriation des transformations** (ANACT).

Lorsqu'elle est intégrée à la stratégie de l'entreprise, elle agit simultanément comme :

- ✓ un levier de prévention, en anticipant les situations de tension avant qu'elles ne se transforment en risques,
- ✓ un levier d'engagement, en donnant aux équipes des marges de manœuvre et une reconnaissance de leur réalité de travail,
- ✓ un levier d'adaptation, en renforçant la capacité collective à faire face à l'incertitude et au changement.

À l'échelle internationale, l'Organisation Mondiale de la Santé souligne **qu'un investissement dans la santé mentale au travail génère un retour significatif** en termes de **performance globale** et de **réduction des coûts indirects**.

La transformation ne repose pas uniquement sur des outils, des process ou des plans de communication. Elle repose sur **la capacité des équipes à tenir dans la durée, comprendre les évolutions à l'œuvre et coopérer efficacement**.

Dans cette perspective, la Semaine de la QVCT constitue un **point d'entrée opérationnel**, visible et mobilisateur pour **engager l'entreprise dans une dynamique de transformation** plus soutenable, plus humaine et plus performante.

ÊTRE ACCOMPAGNÉ DANS LA CONSTRUCTION DE VOTRE SEMAINE QVCT

Un appui méthodologique pour sécuriser l'impact et la cohérence

Concevoir une Semaine de la QVCT pertinente ne consiste pas à empiler des actions.

Cela suppose de **faire des choix, d'articuler les bons formats**, et de **les inscrire dans la réalité de l'organisation**.

C'est pourquoi AXIS MUNDI ne se positionne pas uniquement comme un prestataire d'animations, mais comme un **partenaire de conception et de pilotage** de votre Semaine QVCT.

Concrètement, nous vous accompagnons à chaque étape.



Résultats

- ✓ Une Semaine QVCT lisible, structurée, alignée avec vos enjeux stratégiques, et porteuse de sens pour l'ensemble des acteurs.

Étape 1 : Identifier les priorités

En nous appuyant sur vos enjeux, votre contexte de transformation, vos diagnostics existants (DUERP, QVCT, climat social), nous vous aidons à cibler les thématiques les plus pertinentes.

Étape 2 : Construire un programme cohérent

Nous vous accompagnons dans la structuration d'un programme équilibré, combinant ateliers, conférences, formations et temps collectifs, afin de toucher différents publics et de créer une dynamique progressive sur la semaine.

Étape 3 : Choisir les formats les plus adaptés

Atelier, conférence, accompagnement, temps collectif : chaque format répond à un objectif précis. Nous vous aidons à faire les bons choix en fonction des messages à faire passer et des publics concernés.

Étape 4 : Sécuriser l'organisation et la communication

Nous vous accompagnons également sur les aspects organisationnels et logistiques, et mettons à votre disposition des éléments de communication pour faciliter l'adhésion et la participation des équipes.

AGIR SUR LA SANTÉ ET LES RESSOURCES INDIVIDUELLES

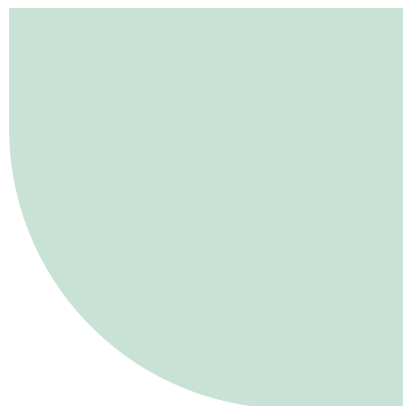
La Semaine de la QVCT : un temps fort pour sensibiliser, mobiliser et engager durablement les équipes

Chez AXIS MUNDI, nous concevons cette semaine comme un **véritable parcours pédagogique**, structuré et progressif, combinant **apports de compréhension, expériences concrètes, temps de réflexion et espaces de soutien**.

L'objectif est de permettre à chacun, collaborateur comme manager, de **mieux comprendre ce qui impacte son travail et sa santé, de développer ses ressources, de renforcer la qualité du collectif et de s'inscrire dans une dynamique durable** de prévention et d'amélioration des conditions de travail.

Découvrez nos 5 dispositifs pour votre semaine de la QVCT

- ✓ Des ateliers thématiques
- ✓ Des formations
- ✓ Des conférences inspirantes
- ✓ Accompagnement individuel & collectif
- ✓ Temps collectifs ludiques et expérientiels





DISPOSITIF 01

Des ateliers thématiques

Pour préserver l'énergie et la santé en période de transformation, expérimenter et rendre la QVCT concrète et utile au quotidien

 **Format 2h** **Présentiel ou distanciel**

01

Gestion du stress : mieux comprendre et mieux réguler

Un atelier interactif pour comprendre les mécanismes du stress, identifier ses propres signaux d'alerte et expérimenter des techniques simples de régulation utilisables au quotidien, même en situation de forte charge.

Sophrologie : respirer, relâcher, recharger

Une immersion pratique pour découvrir des techniques simples de respiration, de relaxation et de visualisation positive afin de relâcher les tensions et retrouver un meilleur équilibre au travail.

Activité physique douce : remettre le corps en mouvement

Un atelier accessible à tous pour expérimenter des mouvements simples, lutter contre la sédentarité et redonner au corps une place centrale dans la régulation de l'énergie et de la concentration.

Nutrition : la pause déjeuner, un moment clé

Un atelier pratique pour mieux comprendre l'impact de l'alimentation sur l'énergie, la concentration et la récupération, et apprendre à composer des repas simples et équilibrés même avec peu de temps.

Sommeil : mieux dormir pour mieux récupérer

Un atelier de sensibilisation pour comprendre les mécanismes du sommeil, identifier les facteurs qui le perturbent et découvrir des leviers simples pour améliorer la qualité de ses nuits.

Bénéfices

Vivre des expériences concrètes et repartir avec des outils simples et immédiatement utiles pour mieux gérer son énergie, son stress et son équilibre au quotidien et renforcer sa capacité à durer dans le changement.

Ça m'intéresse !



DISPOSITIF 02

Des formations

Pour développer des compétences durables et installer la QVCT comme un sujet stratégique

🕒 Format 1 jour

📍 Présentiel ou distanciel

02

Préserver sa santé mentale au travail

Un temps de sensibilisation pour mieux comprendre ce qu'est la santé mentale, ce qui la fragilise et ce qui la protège, et identifier ses propres ressources en période de forte sollicitation.

Identifier ses ressources pour traverser une période de transformation

Un atelier réflexif et pratique pour faire le point sur ses ressources personnelles, professionnelles et collectives, et apprendre à mieux s'appuyer sur elles dans les périodes d'incertitude.

Accompagner son équipe dans l'incertitude

Un atelier destiné aux managers pour comprendre les réactions humaines face au changement et adopter des postures et pratiques managériales soutenantes et structurantes.

Maintenir l'engagement quand tout évolue

Un temps d'échange et d'apports pour comprendre les leviers de l'engagement et identifier ce qui peut le fragiliser ou le renforcer dans un contexte de changements répétés.

Bénéfices

Développer une compréhension fine et structurée des enjeux humains, organisationnels et managériaux, renforcer des compétences clés pour agir efficacement dans des contextes de travail en transformation et pour préserver sa santé et celle de son équipe.

Ça m'intéresse !





DISPOSITIF 03

Des conférences inspirantes

Pour acculturer, donner des repères communs, créer un langage partagé

 Format 1 h30 Présentiel ou distanciel

03

Attention, concentration, énergie mentale : comment fonctionne vraiment notre cerveau au travail

Une conférence accessible pour comprendre les grands mécanismes cognitifs, les limites de notre cerveau en situation de surcharge et les conditions d'une attention durable.

Changer sans s'épuiser : les apports des neurosciences

Une conférence inspirante pour comprendre ce que le changement demande réellement au cerveau et comment mieux accompagner les phases d'adaptation et de transition.

Faire équipe en période de transformation : un facteur clé de réussite

Une conférence qui met en lumière le rôle du collectif, de la coopération et de la qualité des relations dans la réussite des projets et la préservation de la santé au travail.

Bénéfices

Redonner du sens, de la perspective et une direction collective dans les périodes de forte évolution, en aidant chacun à se projeter, à retrouver de la confiance et à remobiliser son énergie face aux transformations en cours.

Ça m'intéresse !





DISPOSITIF 04

Accompagnement individuel & collectif

Pour acculturer, donner des repères communs, créer un langage partagé

🕒 Format 0,5 jour & 1 jour

📍 Présentiel ou distanciel

04

Découverte de la permanence psychologique sur site

Un dispositif de proximité permettant aux collaborateurs de rencontrer un psychologue dans un cadre confidentiel pour échanger, prendre du recul et être soutenus.

Groupe de parole : partager et élaborer collectivement

Un espace encadré par un professionnel pour permettre aux équipes d'exprimer leurs vécus, de partager leurs expériences et de mieux comprendre ce qui se joue dans le collectif.

Supervision de pratique : prendre du recul sur ses situations professionnelles

Un dispositif d'analyse de pratiques permettant aux professionnels d'échanger sur leurs situations complexes, de croiser les regards et d'enrichir leurs modes d'action.

Bénéfices

Donner accès à des espaces de soutien et de parole sécurisés, et permettre aux collaborateurs de ne pas rester seuls face aux situations difficiles.

Ça m'intéresse !





DISPOSITIF 05

Temps collectifs ludiques et expérientiels

Pour fédérer, renforcer la cohésion et l'engagement, faire du collectif un levier de réussite du changement

🕒 Format 2h30

📍 Présentiel ou distanciel

05

Le puzzle de la cohésion

Un atelier ludique et collaboratif où les participants doivent coopérer pour atteindre un objectif commun, mettant en lumière les mécanismes de communication et de coordination.

La tour impossible

Un défi collectif où l'équipe doit construire ensemble sous contrainte, gérer les imprévus et ajuster sa stratégie en temps réel.

Cartes sur table : se parler vraiment du travail

Un atelier structuré autour de cartes thématiques pour faciliter les échanges sur le fonctionnement de l'équipe, les irritants, les forces et les axes d'amélioration.

QVCT en pratique : un temps pour le collectif

Un atelier participatif pour réfléchir ensemble aux conditions de travail, aux priorités d'amélioration et aux actions concrètes à mettre en œuvre à l'échelle de l'équipe.

Bénéfices

Développer une compréhension fine et structurée des enjeux humains, organisationnels et managériaux, renforcer des compétences clés pour agir efficacement dans des contextes de travail en transformation et pour préserver sa santé et celle de son équipe.

Ça m'intéresse !



Semaine QVCT type (Modulable)

Lundi

Matin

1h30

PUBLIC

Tous

DISPOSITIF

Conférence d'ouverture (au choix) : Changer sans s'épuiser / Cerveau au travail / Faire équipe en transformation

FINALITÉ

Donner le cap, poser le fil rouge "transformation", créer une dynamique commune

Mardi

Matin

2h

PUBLIC

Collaborateurs

DISPOSITIF

Atelier : Sommeil ou Nutrition : la pause déjeuner

FINALITÉ

Préserver l'énergie dans la durée (attention, récupération, routines)

Mercredi

Journée

7h

PUBLIC

Managers (ou RH/équipes projet)

DISPOSITIF

Formation (au choix) : Accompagner son équipe dans l'incertitude ou Maintenir l'engagement quand tout évolue

FINALITÉ

Outiller les managers : posture, régulation, prévention, engagement

Après-midi

2h

PUBLIC

Tous (inscrits)

DISPOSITIF

Atelier : Gestion du stress ou Sophrologie

FINALITÉ

Aider chacun à mieux réguler pression, incertitudes, charge mentale

Après-midi

2h

PUBLIC

Équipes

DISPOSITIF

Temps collectif : Le puzzle de la cohésion ou La tour impossible

FINALITÉ

Renforcer coopération et agilité collective face à l'imprévu

Jeudi

Journée

1 jour

PUBLIC

Tous (libre)

DISPOSITIF

Permanence psychologique sur site

FINALITÉ

Offrir un espace confidentiel, prévenir l'usure, soutenir en période sensible

Vendredi

Matin

½ jour

PUBLIC

Équipes / managers

DISPOSITIF

Supervision de pratique (ciblée)

FINALITÉ

Prendre du recul, traiter des situations complexes, renforcer la sécurité psychologique

Après-midi

½ jour

PUBLIC

Volontaires / équipes ciblées

DISPOSITIF

Groupe de parole

FINALITÉ

Mettre en mots les vécus, restaurer le dialogue, prévenir tensions

Après-midi

2h

PUBLIC

Tous / CODIR-RH

DISPOSITIF

QVCT en pratique : un temps pour le collectif ou Cartes sur table

FINALITÉ

Transformer la semaine en leviers concrets : ce qu'on garde, ce qu'on teste, suite à donner



Vous avez une question ?

Prenons le temps d'échanger, prenez contact avec **Gwladys** et posez toutes vos questions.

[J'ai une question](#)



Aller plus loin avec Webble Care

Faire de votre Semaine QVCT le point de départ d'un engagement durable

Une Semaine de la QVCT réussie ne se mesure pas uniquement à la satisfaction immédiate des participants. Elle se mesure à ce qu'elle laisse dans la durée.

C'est dans cette logique qu'AXIS MUNDI a conçu Webble Care, une application dédiée à la santé mentale, au bien-être et à la prévention au travail.



Pour tout dispositif QVCT déployé avec AXIS MUNDI, nous offrons 6 mois d'accès à Webble Care pour vos salariés.

Webble Care : un levier de continuité pour les directions

Webble Care permet aux collaborateurs de :

- ✓ prolonger les apports de la Semaine QVCT dans leur quotidien,
- ✓ accéder, à leur rythme, à des ressources sur le stress, l'énergie, le sommeil, les émotions et l'équilibre de vie,
- ✓ rester acteurs de leur santé au travail, de manière confidentielle et autonome.

Pour l'entreprise, c'est un choix stratégique :

- ✓ un signal clair envoyé aux équipes : la QVCT s'inscrit dans la durée,
- ✓ un outil complémentaire aux ateliers, formations et accompagnements humains,
- ✓ une cohérence renforcée entre temps forts collectifs et soutien individuel continu.

OFFERTS

6
MOIS

Accès à Webble Care pour vos collaborateurs

Achat d'un dispositif QVCT = Accès à l'application en santé mentale

- ✓ Accès illimité
- ✓ Multi-ressources
- ✓ Confidentiel
- ✓ Support expert



INCLUS AVEC VOTRE SEMAINE QVCT

OFFRE EXCLUSIVE

6 mois d'accès offerts, c'est :

- ✓ Plus d'impact pour votre Semaine QVCT
- ✓ Plus de valeur perçue pour vos collaborateurs
- ✓ Plus de solidité dans votre démarche QVCT



Construisons votre semaine QVCT

Nous nous engageons à l'adapter à
vos enjeux de transformation !

Gwladys Guérin

Senior Manager Formation - Responsable des projets transverses

 gwladys.guerin@axismundi.fr

 06 49 50 04 96