

# Droit à la déconnexion – Enjeux et mise en place

**Public et Objectif :** Chefs d'entreprise, DRH, RRH, responsables des relations sociales souhaitant mettre en place une démarche de prévention garantissant le droit à la déconnexion tout en garantissant la qualité de vie au travail.

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Connaître les enjeux légaux du droit à la déconnexion
- Identifier les risques de l'hyperconnectivité
- Transmettre les bonnes pratiques de déconnexion

**Prérequis :** Aucun

**- 1 jour-**

## Déroulé de l'action

### • Modalités

Session Intra  
En présentiel/Classe virtuelle

### • Horaires

9H00-12H30 /13H30-17H00

### • Méthode pédagogique

Questionnaire en amont pour une adaptation sur mesure du contenu pédagogique par rapport aux connaissances et attentes des participants

Animation participative et mises en situation afin de favoriser l'appropriation des contenus

Temps d'échanges autour des notions abordées en vue de faire émerger une vision partagée, socle de la future démarche de l'entreprise

### • Suivi et assistance

Support de cours adapté  
Assistance téléphonique gratuite et illimitée

### • Modalité d'évaluation

Evaluation formative au travers de nombreux exercices tout au long de la formation permettant de valider les compétences acquises

Attestation de stage

Emargement quotidien d'une feuille de présence

### • Accessibilité aux personnes handicapées

Pour tout besoin d'adaptation, retrouver le contact de notre référent handicap et les modalités d'accueil sur la page :

[Infos pratiques/Situation de Handicap](#)

## S'approprier le principe du droit à la déconnexion

- Identifier les règles liées au temps de travail et au temps de repos.
- Clarifier la notion de convention de forfaits.
- Maîtriser les enjeux légaux du droit à la déconnexion.
- Connaître les obligations et pouvoirs de l'employeur.

## Définir et agir sur l'hyperconnectivité

- Déterminer la notion d'utilisation des outils numériques.
- Prendre conscience des conséquences de l'hyperconnectivité sur la santé.
- Identifier les collaborateurs concernés par l'hyperconnectivité.
- Agir vis-à-vis de collaborateurs confondant disponibilité et hyperconnexion.
- Établir un diagnostic de l'entreprise pour repérer les postes et secteurs à risques.
- Renforcer les pratiques par des solutions innovantes : guide, logiciel, organisation permettant de "déconnecter".
- Trouver le juste équilibre entre la vie professionnelle et la vie privée.
- Se préserver des risques contentieux.

**Atelier pratique :** Évaluer les personnes en situation de risque et mise en place d'une démarche de prévention

## Sécuriser juridiquement la déconnexion

- Analyser le contenu d'accords et de chartes du droit à la déconnexion.
- Comprendre l'importance de la mise en œuvre d'une charte.

**Atelier pratique :** Construire un plan d'action applicable à son entreprise.