

Qualité de vie et Bien-être

Conseil – Formation
Accompagnement



Pourquoi aborder le sujet prévention santé ?

Tout le monde se sent concerné

Vigilance pour tous

Aider les personnes en déni

Déetecter les problèmes récurrents de l'entreprise

Savoir accueillir les personnes qui reviennent

Responsabiliser chacun sur son bien-être

Impact l'organisation du travail



Direct

- Perte immédiate de compétences
- Coût du remplacement
- Coût du travail absorbé par les collègues
- Maintien du salaire qu'il soit à la charge ou non de l'organisme de prévoyance
- Par la désorganisation engendrée d'un service



Indirect

- Impact sur la marque employeur et l'attractivité
- Coût social quand les IRP s'emparent du sujet
- Coût des éventuels contentieux

3 niveaux de prestations pour la prévention

Primaire
Prévenir

- réduire ou éliminer les risques à la source
- éliminer les causes

Secondaire
Réduire

- réduire les risques par des actions collectives ou individuelles
- dépister au plus tôt pour éviter les dommages

Tertiaire
Réparer :

- limiter les complications
- action essentiellement individuelle

Primaire Prévenir

- Atelier bien être
- Sensibilisation à tous
- Relaxation - Massage

Bonne santé à
préserver

Conférence en entreprise

Qu'est ce que le burn out ?

Pourquoi y en a-t-il autant ?

Qui est concerné ?

Quelles sont les causes ?

Comment le repérer?

Quel parcours de soin ?

Quelles actions pour l'éviter ?

Les Rencontres Pour Souffler

⌚ Energie – Relaxation – Lâcher-Prise ⌚
Confiance en soi

Atelier bien-être collectif

Respiration – Pleine présence
Automassage – Ancrage
Cohérence cardiaque

Détente individuelle

Massage assis sur site
Détente crânienne, ou palmaire

1h d'atelier collectif

9h à 10h ou 13h30 à 14h30
à définir ensemble

5 détentes individuelles
de 20 minutes chacune

½ journée

Cultivez le bien-être en entreprise



Secondaire Réduire

- Formation et ateliers
- Soutien personnalisé

Symptômes à identifier et à contrôler

Créons ensemble du cousue main en fonction de vos besoins



Soutien individuel



Tertiaire Réparer :

- Accompagnement individuel
- Atelier de reprise pour l'équipe

Orientation de la personne vers un accompagnement – Favoriser leur retour au travail

Entretien individuel curatif



Point équipe pour la reprise

