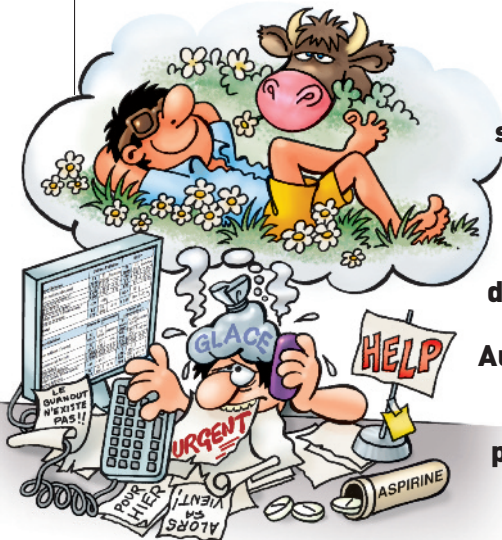


burn-out... ou mise au vert ?

Quel est le prix réel de l'épuisement au travail pour les entreprises et les individus ?

En amont d'un "burn-out" les coûts sont déjà majeurs : erreurs, conflits, stress irradié sur les équipes et les clients, manque de recul, mauvaise gestion des priorités, gaspillage d'opportunités, désorganisation soudaine et durable, risque de conflits prudhommaux. Au retour du salarié dans l'entreprise la facture peut encore s'alourdir : perte de confiance mutuelle, perte de repères, difficulté à recréer un cadre de travail adapté et serein.



Le programme « Mise au vert » permet en 5 jours d'éviter bon nombre des dégâts collatéraux de cette maladie de nos temps survoltés. En amont ou en aval de la « crise » les entreprises, comme les salariés surmenés, ont beaucoup à y gagner.

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes
- Identifier les étapes et les signes avant-coureurs
- Intervenir sur les symptômes
- Intervenir sur les causes
- Reprendre en main son organisation, ses priorités, sa vie
- Retrouver la confiance en soi
- Retisser une relation saine aux autres et à son entreprise

DUREE

Ce stage dure 5 jours,
Il n'est accessible qu'en résidentiel.

DATES et BUDGET

Du 9 au 13 octobre 2017
Budget 2 300 €/personne
+ 600 € de forfait restauration
hébergement

CONTENU ET DEROULEMENT

Le cadre

Une ancienne ferme en Ardèche,
à une heure de Valence TGV.
Une vue à couper le souffle,
une cheminée qui crépite,
huit hectares de châtaigniers...
et au milieu coule une rivière !

PERSONNES CONCERNÉES

Ce stage s'adresse à ceux
que le tsunami du travail
épuise et met en danger.

Groupes : 4 à 6 participants

Le déroulement des journées

- Préchauffage nature
- Travail en salle
- Déjeuner
- Atelier extérieur
- Débriefing en salle
- Coachings individuels
- Dîner
- Soirée relax ou créative au coin du feu
- ... et seulement ½ h de wifi par jour

Témoignages

« J'étais à fond et je me pensais super costaud et organisé. Mais je me suis levé un matin et je n'ai pas réussi à baisser la poignée de la porte de ma chambre, ensuite j'ai pleuré pendant 3 semaines. Au total j'ai perdu 18 kilos et il m'a fallu 6 mois pour timidement me reconstruire. Au final, je n'ai pas réussi à revenir dans mon entreprise, c'était trop difficile pour moi. »

« J'étais à fond dans mon job, avec de nouvelles responsabilités et des projets formidables à mettre en place. Un matin j'ai ressenti de réelles difficultés à respirer et tout s'est passé très vite : hôpital, scanner, diagnostic et des mois d'arrêt, car il m'a fallu du temps pour retrouver mes capacités et remettre de l'ordre dans ma façon de vivre et de travailler. »