



ATELIER

Permanence stress

Avantages

- ✓ Offrir aux collaborateurs l'opportunité d'entreprendre une action à temps lorsqu'ils sont en situation de stress.
- ✓ Soumettre des recommandations à l'employeur dans le cadre de la prévention primaire (prévenir le stress à l'avenir), sur base des entretiens individuels.

Objectifs

- Proposer une aide accessible aux collaborateurs lorsqu'ils ressentent des signaux de stress.
- Donner des conseils et astuces concrets pour réduire soi-même le stress.
- Relayer vers une aide spécialisée, si un soutien complémentaire (plus intensif) devait s'avérer nécessaire.

nombre maximal de séances dont un collaborateur peut bénéficier (cinq entretiens individuels nous semblent indiqués si l'on veut atteindre un résultat). Les points suivants seront abordés lors des séances :

- Entretien, information sur le projet et l'objectif de la permanence stress ;
 - Etude des éléments à l'origine du stress.
 - Exploration des comportements du collaborateur face à des facteurs de stress ;
 - Conseils au collaborateur à propos de points d'action individuels.
- Donner un feedback à l'employeur en ce qui concerne les mesures de prévention collectives possibles.

Méthode d'exécution

- Concertation avec l'organisation quant à la fréquence souhaitée d'une permanence stress en son sein, par exemple 1 jour par mois.
- Le conseiller psychosocial en prévention sera présent sur place à ce moment pour rencontrer les collaborateurs ayant sollicité un entretien.
- Sur demande, cette permanence pourra également être assurée chez Mensura (à convenir au préalable).
- Ces entretiens peuvent être soit planifiés directement avec le conseiller en prévention (en fonction de son accessibilité), soit par le biais d'une personne au sein de l'organisation qui coordonne les entretiens.
- Par défaut, nous prévoyons 1h30 d'entretien par personne. L'organisation peut elle-même fixer le

Résultat

- La permanence permet aux collaborateurs d'identifier le phénomène de stress à leur niveau personnel et d'entreprendre les actions nécessaires afin de parvenir à nouveau à un équilibre constructif.
- Mise à disposition de l'employeur des outils lui permettant à l'avenir de réduire les risques.

Tarif

Veillez nous contacter pour une offre de prix.