



Approche  
complémentaire au Trajet  
de réintégration 2.0

Allier bien-être et efficacité

## APPROCHE NOVATRICE DE PRÉVENTION ET DE RÉINSERTION POST BURN-OUT RÉUSSIE

En tant que professionnel des **ressources humaines**  
**ou manager**, vous recherchez des solutions pour :

- **Prévenir** le burn-out et réduire le stress
- Mettre en place des mesures **concrètes et réalistes**
- Faciliter la **réintégration durable** d'un collaborateur
- **Maintenir un équilibre** pour éviter les rechutes

### Plan collectif intra-entreprise

- Formations, ateliers et accompagnements organisationnels multilingues
- **Prévention des risques psychosociaux**
- Identifier les dysfonctionnements et créer un plan d'actions en partenariat

### Investissez dans l'humain !

### Plan individuel inter-entreprises, du collaborateur, approche novatrice pluridisciplinaire depuis 6 ans

- IACA: Intégration, Accompagnement, Conscience & Aptitudes
- Programme de 9 modules auprès de 5 professionnels
- Multidimensionnel - 9 techniques
- Retour durable (risque de rechute faible)

**Stress Out, votre solution complète dans  
l'accompagnement du burn-out !**



Anne Habets, fondatrice de Stress Out et  
du programme IACA

### Références solides : expertise et expériences

En 2017, Anne Habets, **pionnière** de  
l'accompagnement pluridisciplinaire du stress et du  
burn-out, a développé le programme IACA en  
collaboration avec des scientifiques de renom et une  
équipe de professionnels chevronnés.

Elle cofonde la **Clinique du stress et burn-out**  
au Chirec Lambermont avec plus de 300 patients.

Ingénieure de gestion, elle a débuté sa carrière à  
24 ans, à la tête de la PME familiale, suivie par 20  
années d'expériences, notamment en RH, en  
Belgique et à l'étranger - FR/EN/ES.



Visitez le site de Stress Out et  
sa [chaîne YouTube](#).

anne@stress-out.be  
+32 497 39 97 97

# IACA

17 ÈME ÉDITION - MAX 14 PERS.



9 modules  
étalés sur 4 samedis  
et une soirée

Un programme unique

avec un processus éprouvé

Sortir du burn-out requiert  
une approche pluridisciplinaire

Le IACA favorise

- Meilleure connaissance de soi
- Prévention active
- Réintégration réussie

En pratique

- Entretien préalable avec votre collaborateur
- Chacune des parties est actrice de changements
- Contribution financière de l'employeur, en soutien à son retour

Dates

14 oct., 18 nov., 2 et 16 déc. 23 et 24 janv. 2024

Lieu

Boitsfort. Accès facile. Proche du Ring-est et E411

## LE CHEMIN VERS LE MIEUX-ÊTRE

### Rouages

Comprendre ses mécanismes de stress et de burn-out pour le prévenir et en sortir grâce aux neurosciences



### Lotus

Éveiller son corps à l'aide du yoga et de la méthode TRE®



### Sagesse

Libérer son esprit par la méditation et la prise de conscience de ses croyances



### Boussole

Se reconnecter à la joie avec l'hypnose



### Feeling

Décrypter le message de ses émotions



### Move

S'exprimer par le corps en mouvement



### Equilibre

Trouver sa juste place grâce aux constellations systémiques



### Bloom

Visualiser ce qui fait vibrer



### Bulles

Intégrer les acquis pour retrouver son potentiel



Contactez-moi par e-mail  
pour une offre détaillée

anne@stress-out.be

+32 497 39 97 97



Info, détails pratiques et témoignages :  
[www.stress-out.be/retour-au-travail-apres-maladie](http://www.stress-out.be/retour-au-travail-apres-maladie)