Stress Out

Approche complémentaire au Trajet de réintégration 2.0

Allier bien-être et efficience

INTÉGRATION RÉUSSIE DE VOS EMPLOYÉS POST BURN-OUT : APPROCHE NOVATRICE

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 7 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 IACA sortir du burn-out

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 entamé sa carrière à 24 ans, à la tête de la PME familiale, suivie par 20 années d'expériences managériales et RH, en Belgique et à l'étranger - FR/EN/ES.

Écoutez ses capsules "Les secrets du burn-out" chaque semaine sur BXFM (aussi sur Spotify).

Visitez le site de Stress Out et sa chaîne YouTube

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

IACA

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 et lieu : quatre samedis + une soirée répartis sur 4 à 5 mois, Bruxelles et/ou Brabant.

Entretien en individuel (FR/EN/ES) à Wemmel, à Uccle et en visio. Prenez rendez-vous via son agenda en ligne : **www.stressout.progenda.be**

Contactez-la par e-mail pour une offre détaillée.
anne@stress-out.be
+32 497 39 97 97

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

Info, détails pratiques et témoignages : www.stress-out.be/retour-au-travail-apres-maladie