



L'OFFRE LA PLUS CHOISIE

# OFFRE IMPACT

## SANTÉ MENTALE & PERFORMANCE DURABLE

 **À PARTIR DE 5 500 € HT**

Pour les entreprises qui souhaitent renforcer l'engagement tout en préservant la santé mentale des équipes.



### COMPREND

- ✓ Diagnostic initial
- ✓ Sensibilisation santé mentale
- ✓ Ateliers collectifs
- ✓ Accompagnement des managers
- ✓ Espaces de parole
- ✓ Outils issus des TCC et de la psychologie du sport



### THÉMATIQUES POSSIBLES

- Gestion de la pression
- Rapport à la performance
- Peur de l'échec
- Prévention du burn-out
- Confiance en soi
- Régulation émotionnelle
- Dépassement de soi sans suradaptation



### INDICATEURS DE SUIVI



Absentéisme



Engagement



Climat social



Satisfaction des collaborateurs



Perception de la charge mentale



### BÉNÉFICES

- ✓ Prévenir l'épuisement professionnel
- ✓ Développer une culture de performance durable
- ✓ Renforcer l'engagement et la motivation
- ✓ Améliorer le climat de travail



Agir sur la santé mentale, c'est investir dans la **performance durable** de votre entreprise.

©ELISABETH-COLOMBEL Thérapie & Formation - Toute reproduction totale ou partielle est interdite