

Mieux-être au Travail

Hélène Charier

Coach-Consultante du Travail et Manager



Plus de 450 personnes coachées, formées
12 ans d'expérience en management agile et de projets
Ingénieure | Master 2 en coaching en entreprise Paris8

Faire du mieux être au travail une valeur forte pour améliorer efficacité et productivité.

Mots clefs:

- ◆ Facteurs de Gollac
- ◆ Qualité de Vie au Travail (QVT)
- ◆ Risques Psychosociaux (RPS)
- ◆ Efficacité
- ◆ Sens au travail
- ◆ Equilibre



+33 (0)6 61 34 23 32



helene.charier@gmail.com / www.helenecharier.fr



[/hélène-charier-coach-consultantedutravail-manager59](https://www.linkedin.com/company/helene-charier-coach-consultantedutravail-manager59)

Le **diagnostic en qualité de vie au travail** est un outil d'analyse de la situation de l'organisation, de ses ressources, des difficultés en matières de qualité de vie au travail par l'analyse du ressenti des salariés, et de création de plan d'action pour améliorer et pérenniser le mieux être au travail.

Intervenant référencée sur la liste des IPRP de hauts de France.

Démarche en conformité avec les lignes directrices de la Direccte.

Ex outils : questionnaire, entretiens individuels, entretiens collectifs.

Le **coaching individuel professionnel** est l'accompagnement de personnes pour le développement de leurs potentiels et de leurs savoir-faire dans le cadre d'objectifs professionnels.(sfcoach)

1ère séance gratuite si signature du contrat

Ex outils: Prise de hauteur, vision schématique, écoute active, photo-langage.

Le **coaching collectif professionnel** est l'accompagnement d'équipes pour le développement de leurs potentiels et de leurs savoir-faire dans le cadre d'objectifs professionnels.(Sfcoach)

Ex outils: ateliers en sous-groupes participatifs et permettant la co-construction, la co-action et l'agilité de l'équipe (ex. co-développement, world cafés, ..), facilitation, création de séminaires d'entreprises intégrant des ateliers participatifs.

Les **formations** permettent à vos salariés d'acquérir des connaissances nécessaires à l'exercice de leur activité.

Centre de formation agréé.

Ex outils: modes d'intervention qui s'adaptent à votre demande et à votre structure, ateliers participatifs de 5 à 10 personnes, expérimentations sur des cas concrets des salariés, Webinar, retours d'expérience.

Vous souhaitez:

- Identifier **les leviers QVT (*)** à actionner au sein de votre organisation.
- Définir des **préconisations** et un plan d'action QVT.
- Remplir votre **Document Unique**.
- Répondre à une demande de la **DIRRECTE** sur l'analyse des RPS.

Un accompagnement de l'équipe de direction est essentiel dans cette démarche

() relations sociales et professionnelles, contenu du travail, environnement physique de travail, organisation du travail, réalisation et développement professionnel, conciliation vie pro/perso et rapport au travail.*

Vous souhaitez :

- Atteindre votre **objectif professionnel** dans un contexte de changement.
- Réguler votre **stress** et trouver votre **équilibre** entre vos vies pro et perso.
- Exercer vos **responsabilités** avec efficacité.
- Donner du **sens** à votre travail.

Vous souhaitez:

- Etablir un plan d'action et conduire collectivement le **changement**.
- Donner du **sens** au collectif.
- Avoir un objectif commun et **co-construire** l'avenir.
- Favoriser la **coopération** et l'intelligence collaborative.

Vous souhaitez : conduite changement

- Maitriser la réglementation liée aux **concepts** de QVT / RPS.
- **Agir** sur l'organisation et la culture managériale.
- Identifier les **leviers** du mieux être au travail.
- **Manager** pour améliorer le mieux-être de vos collaborateurs.

Co-Construisons votre stratégie individuelle et/ou collective de changement en 5 étapes:

- ① Définition des objectifs
- ② Contractualisation
- ③ Intervention
- ④ Bilan | restitution
- ⑤ Constitution d'un plan pour pérenniser l'action.