



**Cancer, burn-out et emploi :  
agissons ensemble !**

Vous êtes RRH  
et vous **prenez soin de vos équipes**

Et vous,  
qui **prend soin de vous ?**

Un parcours

**Ressources** 

Ça vous tente ?

**6 bulles**

pour accorder votre posture  
RH face à la maladie de vos  
collaborateurs



## Contexte

- ▶ Dans votre métier vous êtes confronté à la maladie ou la souffrance au travail de vos salariés
- ▶ La prévention de la désinsertion professionnelle vous concerne
- ▶ Vous souhaitez échanger sur la santé au travail de vos salariés en conformité avec la nouvelle loi santé au travail du 31/03/2022

## Notre réponse

Nous vous proposons **une bulle** pour vous **ressourcer**, vous **poser** et **découvrir** des outils opérationnels et **créatifs** !

### Formule 3 en 1

- Prendre soin de vous
- Découvrir et expérimenter des outils créatifs
- Transmettre auprès de vos équipes



### Objectifs

- Identifier son ressenti face à l'annonce d'une maladie
- Expérimenter une manière de gérer rapidement une montée de stress
- Repérer les signes de burn-out
- Mettre des mots sur une situation de maladie en milieu professionnel
- Se préparer à répondre à l'annonce d'un arrêt pour cancer



### Dates

04 Nov; 25 Nov; 09 Déc; 06 Janv;  
27 Janv; 10 Fev

### Rythme

1 atelier toutes les 3 semaines  
Groupe de 5 à 8 pers max



### Durée

6 ateliers de 2H  
De 8H15 à 10H15 le vendredi



**Modalités d'inscription**  
Via Billetweb



**Tarif** 1500€ HT



### Intervenantes



#### Brigitte CHOLLET

Directrice de Réso'Forces, coach professionnelle et animatrice d'ateliers neurosciences et psychologie positive pour des personnes fragilisées par une longue maladie



#### Nadine HERBELIN

Facilitatrice et médiatrice artistique. Animatrice d'ateliers d'expression par les arts plastiques auprès d'un public diversifié et fragilisé, formée à l'accompagnement individuel et collectif



#### Christel NEUMAGER

Référente pédagogique Réso'Forces et sophrologue. Animatrice d'ateliers de groupe de parole et de sophrologie pour les personnes en longue maladie et formatrice en gestion du sommeil, sophrologue certifiée RNCP



#### Charlotte BONNIN

Artiste slameuse, sa devise : « Apprendre, partager, tant qu'y a de l'échange, y a de l'espoir » Grand Corps Malade. Intervenante auprès de nos bénéficiaires



#### Gwénaëlle GARY

Facilitatrice en intelligence collective, intégration des personnes handicapées dans l'emploi ordinaire

## Bulle pour se rencontrer



### Objectif

Créer une communauté et favoriser la confiance du groupe



### Outils pédagogiques

Mise à disposition d'un buffet pédagogique : cartes photolangage, psychologie positive, collage, cartes bikablo, mouvement



## Bulle pour créer



### Objectif

Identifier son ressenti face à l'annonce d'une maladie



### Outils pédagogiques

Utilisation de techniques de médiation artistiques mixtes : land'art, modelages, street art



## Bulle pour respirer



### Objectif

Expérimenter une manière de gérer rapidement une montée de stress en pratiquant des exercices de sophrologie



### Outils pédagogiques

Exercices corporels de recentrage



## Bulle pour maintenir la santé au travail



### Objectif

Connaitre les signes du burn out : savoir les repérer pour soi ou son entourage



### Outils pédagogiques

Test d'inventaire, éléments chiffrés sur la maladie et les impacts organisationnels, économiques et sociaux de la longue maladie



## Bulle pour s'exprimer



### Objectif

Mettre des mots sur une situation de maladie en milieu professionnel



### Outil pédagogique

Slam



## Bulle pour s'accorder



### Objectif

Se préparer à répondre à l'annonce d'un arrêt pour cancer



### Outils pédagogiques

Mises en situation, jeux de cartes

