



ACCOMPAGNEMENT SANTÉ MENTALE DU DIRIGEANT

ROBUSTESSE

PRÉVENTION

Soutenir et développer la santé cognitive
de celles et ceux qui entreprennent

ÉVALUATION

SENSIBILISATION

Les dirigeants font face à des défis uniques dont le stress, l'isolement, et l'épuisement mental qui sont souvent vécus comme une normalité indissociable de leur métier.

Notre solution > comprendre les mécanismes du cerveau pour :

- retrouver sérénité et énergie
- favoriser innovation et créativité,
- privilégier la robustesse à la simple performance.



88 %

des chefs d'entreprise de moins de 500 salariés déclarent ressentir le stress lié à leur travail.*

OBJECTIFS CIBLÉS

1

Prendre **CONSCIENCE** :

- > En évaluant les risques psychosociaux auxquels les dirigeants sont exposés dans leur quotidien.
- > En sensibilisant pour faire un état des lieux vecteur de changement durables.

2

Développer les **CONNAISSANCES** :

- > Pour comprendre les mécanismes de la motivation durable.
- > Pour découvrir des outils puissants de résilience mentale.

3

Optimiser les **COMPÉTENCES** :

- > Pour prendre des décisions au plus près de ce que vous voulez vraiment.
- > Pour transformer votre stress en levier de discernement.

DÉROULEMENT

6 SÉANCES DE 1H30 SUR 3 À 6 MOIS EN PRÉSENTIEL OU EN VISIO



ÉVALUATION

Questionnaires préalables d'évaluation des troubles et des facteurs de risques psychosociaux (RPS)

1 séance de restitution des résultats et **préconisations** ciblées

1 séance de sensibilisation et d'appropriation aux **bonnes pratiques** de santé cognitive



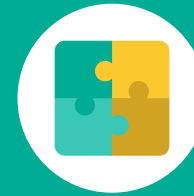
OPTIMISATION DE LA MOTIVATION

1 accès au questionnaire en ligne :



2 séances de travail pour découvrir et développer :

- Les motivations inconditionnelles et durables, sources de plaisir et de performance
- Les motivations conditionnelles, sensibles au résultat et à la reconnaissance
- La capacité d'adaptation en situation complexe ou non maîtrisée



MISE EN PLACE D'UN PLAN STRATÉGIQUE

2 séances de travail sur l'**acquisition des outils** et d'un **plan stratégique** personnalisé

Bonus : 1 rendez-vous à J+ 30 pour évaluer vos avancées et vous aider à continuer à **appliquer la méthode** à l'épreuve du quotidien



VIOLAINE BERTÉ

Fondatrice d'Olbee, elle accompagne et conseille depuis 2017 les dirigeants et leurs équipes pour travailler en alliant motivation et performance durable.

Praticienne en Approche Neurocognitive et Comportementale, elle utilise les outils développés par

Le parcours Accompagnement santé mentale du dirigeant est élaboré en partenariat avec Élodie Brisset psychologue sociale et des organisations **psy-sociale.fr**



TARIFS

1400 euros HT (6 séances + 1)

CONTACTEZ-NOUS

www.olbee.fr • contact@olbee.fr • 06 98 26 32 42

Olbee adhère à  **OBSERVATOIRE AMAROK** - Observatoire de la santé mentale et physique des dirigeants