

**Formation stress, burn-out et retour au travail  
Intelligence et intervision collective**

ACTUELLEMENT	QUELQUES REFERENCES ET EXPERIENCES SIGNIFICATIVES DANS LE CADRE DE STRESS OUT ET CARRIERE >20ANS EN PREAMBULE DE STRESS OUT	METHODES ET TECHNIQUES MAITRISEES
<p>Experte burn-out. Consultance RH en bien-être et risques psychosociaux. Formation. Coaching individuel - collectif :</p> <p>Spécialisée dans la gestion du bien-être au travail (RPS)</p> <p>Fondatrice de <u>STRESS OUT</u> : Centre d'expertise stress et burn-out en prévention, prise en charge et retour au travail - en individuel et collectif (2015)</p> <p>Conception et facilitation de deux programmes pluridisciplinaires : <u>Voyage Intérieur</u> - (depuis 2017) et <u>Connected Leaders</u> (en 2019- report lancement)</p> <p>Cabinets au Centre Go-Well à Nivelles, à Wemmel et à la Clinique du Stress &amp; Burn-Out au CHIREC Lambermont</p>	<p><b>Associatif :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sensibilisation / facilitation : atelier pour prévenir le burn out auprès de <b>Brutéle</b> (comité de direction), <b>Gammes</b>, <b>Citydev.brussels</b> (tous les collaborateurs), <b>BECI</b>, <b>Lire &amp; Écrire</b>, <b>7 Jours Santé</b>, <b>CGSLB</b></li> <li>✓ Sensibilisation / facilitation : comment gérer le burn out en l'absence au sein de l'équipe et comment accompagner le retour au travail durablement après un burn-out pour la <b>Fe bi - fédération employeurs</b></li> <li>✓ Ex membre Conseil Administration Service Santé Mentale Champ de la Couronne</li> <li>✓ Manager Ressources humaines - soft skills - Lire &amp; Écrire asbl</li> <li>✓ Administratrice principale - Charleroi Danses asbl</li> <li>✓ Directrice Générale et des Ressources Humaines - Gammes asbl.</li> </ul> <p><b>Public :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sensibilisation agents, lignes hiérarchiques et comité direction : 2 ateliers pour prévenir le stress et burn-out et construire la résilience pour l'Administration communale Uccle, BPost</li> <li>✓ Sensibilisation agents, lignes hiérarchiques : conférences participatives auprès de l'Administration communale Auderghem, Province Hainaut, SPF Bosa.</li> </ul> <p><b>Privé :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Facilitation auprès du comité de direction de Metubel et du management : prévenir le burn-out, construire la résilience, accompagner le retour au travail post burn-out, EVS, Euler Hermes, Burgo, Electric</li> <li>✓ Organisation et animation de conférences destinées à des RH et managers, entrepreneurs Push &amp; Plug et le grand public sur le retour au travail, les mécanismes du stress et burn-out, ...seule ou avec d'autres experts</li> <li>✓ Directrice et gérante SPRL familiale Electro Gros.</li> </ul> <p><b>Hôpitaux et secteur médical :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Co-fondation Clinique stress et burn-out au Chirec Lambermont - contact avec la presse</li> <li>✓ Sensibilisation dans des GLEMS, maison médicale, groupements médecins et équipe psychiatrie Clinique Sainte Anne Saint Rémi</li> </ul> <p><b>International :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ European network : burn-out prevention - Housing Europe, Lifelong learning platform</li> <li>✓ Guinée Conakry : Logistique Admin Fin Projet sida - Médecins Sans Frontières</li> <li>✓ Royaume Uni - Scandinavie - Chine : Key Account Manager - Colwell</li> <li>✓ Santiago et Valdivia - Chili : consultante financière - Vantaz.</li> </ul>	<p>Coaching individuel et collectif</p> <p>Mise en situation</p> <p>Création enregistrements mp3 témoignage, Clinique stress</p> <p>Intervision</p> <p>Ecoute active</p> <p>Intelligence collective</p> <p>Méditation et cohérence cardiaque</p> <p>Les 5 voix du passé - croyances limitantes</p> <p>Communication non violente et assertivité</p>