DIRECTIONS DE CRÈCHES ET DU MÉDICO-SOCIAL

Prévenir les risques professionnels, renforcer la bientraitance

PAUSE 360
Conseil - Formation

Clarisse TAYLOR
Tél : 06 62 57 32 73
clarisse.taylor@outlook.fr

Consultante QVCT certifiée AFNOR

Sophrologue caycédienne

Évaluatrice externe (référentiel HAS)

UNE DÉMARCHE EN 4 ÉTAPES

1 Diagnostic
Analyse du DUERP, des indicateurs (absentéisme, accidents, turn-over, événements indésirables) et du vécu des équipes.

2 Plan d'actions
Leviers préventifs et curatifs en QVCT, priorisés, intégrés au DUERP et au plan de formation.

3 Programmes de sophrologie
Séances sur site, en petits groupes, pour les professionnels de votre établissement.

4 Suivi d'impact
Bilan sur un an, mise à jour du DUERP et ajustement du plan d'actions.

4 PROGRAMMES DE SOPHROLOGIE, RELIÉS AUX RISQUES DE VOS ÉQUIPES

Sommeil

RISQUE OBSERVÉ
Horaires décalés, travail de nuit, récupération insuffisante

CE QUE JE TRAVAILLE
Relaxation, respiration et préparation à l'endormissement

Alimentation

RISQUE OBSERVÉ
Repas pris sur le pouce, rythmes irréguliers, grignotage lié au stress

CE QUE JE TRAVAILLE
Écoute des sensations et régulation des envies liées aux émotions

Douleurs (TMS)

RISQUE OBSERVÉ
Port de charges, postures contraintes, gestes répétés

CE QUE JE TRAVAILLE
Détente musculaire, ajustement postural et gestion de la douleur

Anxiété

RISQUE OBSERVÉ
Charge émotionnelle, situations de tension, peur de mal faire

CE QUE JE TRAVAILLE
Respiration, ancrage dans le présent et gestion des émotions

Équipes en meilleure santé › **Professionnels plus disponibles** › **Bientraitance**

FORMATIONS ASSOCIÉES
Bientraitance · Évaluation externe HAS · Audit qualité · Capacité en sophrologie