**COMMENT TRAVAILLER SANS STRESS ?**

**Quelles réponses apporter à un collaborateur en interrogation sur sa santé au travail ?**

De quel accompagnement préventif peut-il bénéficier ?

Où peut-il parler de son ressenti professionnel ? Où peut-il être en confiance dans un lieu neutre à l’extérieur de son entreprise ?

Nous proposons un parcours adapté à ceux qui souhaitent travailler sur leurs problématiques professionnelles : gestion de crise, fatigue, arrêts maladie… en espérant les rencontrer avant le fameux burn-out !

**Nous sommes des spécialistes du stress, Psychologue du travail et Sophrologue.**

Nous accompagnons les personnes en souffrance professionnelle **sur plusieurs séances collectives**, séances qui leur permettent de se ressourcer sur un plan psychologique et corporel.

**Nos séances viennent en complément des acteurs de l’entreprise.** Elles permettent aux salariés d’avoir une meilleure conscience de leur situation professionnelle.

En dehors de leur entreprise et grâce au travail collectif, les salariés sont en mesure de prendre du recul et d’apporter de nouvelles réponses à leurs interrogations. Nous assurons l'entière discrétion pour le confort de tous, en faisant en sorte que deux personnes d'une même entreprise ne soient pas inscrites dans le même stage, si telle est leur volonté.

N’hésitez pas à consulter notre fiche et à visiter nos liens si vous souhaitez proposer des solutions à des personnes en mal-être professionnel.

**Vous voulez connaître les prochaines dates de stage, mieux nous connaître et prendre contact :**

<http://www.sophrokhepri.fr/seances>

[**www.facebook.com/SophroKhepri**](http://www.facebook.com/SophroKhepri)