



Prévention de l'épuisement professionnel & santé mentale

Offre Entreprise

Ymavia propose une approche intégrative et pluridisciplinaire de la prévention de l'épuisement professionnel, articulant expertise RH, santé mentale.

Face aux transformations du travail, les solutions d'hier ne suffisent plus. La santé mentale est désormais un enjeu stratégique pour les organisations.

INTRODUCTION & CONSTATS CHIFFRES

La santé mentale au travail est devenue **un enjeu humain, social et économique majeur** pour les entreprises.

Absentéisme, désengagement, perte de sens, tensions internes, surcharge mentale, épuisement émotionnel ou difficultés de remobilisation **impactent durablement les organisations.**

Investir dans la prévention constitue la réponse la plus pertinente tant sur le plan humain qu'économique.

1/2
SALARIÉS

présente une détresse psychologique modérée à élevée

20%

des arrêts maladie sont liés à des troubles psychiques

12K €

coût du mal-être par salarié et par an

NOTRE PHILOSOPHIE & ADN

Chez YMAVIA, nous sommes convaincus que l'épuisement professionnel **ne peut être analysé uniquement sous l'angle du travail**. Bien que l'entreprise ait une responsabilité essentielle, notamment à travers son organisation, ses pratiques managériales et ses conditions de travail, elle ne peut, à elle seule, expliquer l'ensemble des situations d'épuisement.

Les dimensions professionnelles, personnelles, psychologiques et , physiologiques interagissent en permanence et influencent **l'équilibre global de la personne**.

Porter un regard intégratif sur les facteurs susceptibles de fragiliser durablement la santé mentale afin de proposer des actions concrètes, personnalisées et durables.

Notre ambition est de favoriser l'autonomisation des personnes dans la compréhension, la prévention et la gestion de leur propre équilibre psychique. Permettre à chacun de devenir un **acteur éclairé de sa propre santé au travail**.

1. PRÉVENTION & SENSIBILISATION

- **LE DISPOSITIF :**

Des sessions de sensibilisation **coanimées par des experts RH et professionnels de santé.**

- **NOTRE SPÉCIFICITÉ :**

Une lecture croisée des **dimensions personnelles, professionnelles et aussi physiologique.**

- **OBJECTIFS :**

Développer une culture durable de la santé, au travail et permettre à chacun de devenir un acteur éclairé de sa santé mentale par la compréhension des mécanismes de l'épuisement professionnel et l'installation de routines de récupération.



2. ÉVALUATION INDIVIDUELLE DU NIVEAU D'ÉPUISEMENT



- **LE DISPOSITIF :**

Une démarche d'identification **précoce**, intégrée à la prévention primaire ou **déclenchée dès l'apparition de signes d'alerte**.

- **NOTRE SPÉCIFICITÉ :**

Une lecture croisée **des facteurs de vulnérabilité** pour orienter vers des actions **concrètes de prévention**, d'accompagnement ou de remobilisation.

- **CE QU'ELLE PERMET :**

Identifier **précisément les situations de fragilité**, analyser finement les **facteurs de surcharge** et co-construire **des solutions adaptées** aux sphères professionnelles et personnelles.

3. ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

- **LE DISPOSITIF :**

Des espaces de parole individuels et du sur mesure activés **selon les besoins identifiés par l'entreprise.**

- **LA COORDINATION :**

Lorsque la situation le requiert, l'accompagnement est coordonné en réseau avec des psychologues, **des professionnels médicaux ou des intervenants paramédicaux partenaires.**

- **OBJECTIFS :**

Soutenir les collaborateurs dans les périodes de fragilité et prévenir l'aggravation des situations. Restaurer les ressources **individuelles et professionnelles.** Favoriser le maintien dans l'emploi et **préserver la qualité de vie au travail.**



4. REMOBILISATION PROFESSIONNELLE



LE DISPOSITIF :

Un accompagnement dédié à l'étape complexe du retour à l'emploi, après un arrêt long, **un burn-out ou bien une fragilité majeure**. La prise en charge doit être pensée dès le premier mois de l'arrêt.

LA COORDINATION :

Une coordination étroite et un travail d'interface avec le manager, le service RH, la médecine du travail et les acteurs du parcours de soin.

OBJECTIFS :

Garantir **une reprise durable, sécurisée et sereine** dans un environnement professionnel adapté.

NOS DIFFÉRENCES



UNE APPROCHE INTEGRATIVE

Prendre en compte simultanément et de manière systémique les dimensions professionnelles, personnelles..



UNE EXPERTISE CROISÉE

Une approche coordonnée unique associant l'expertise RH psychologique, et le réseau de professionnels de santé partenaires.



UNE APPROCHE ORIENTÉE AUTONOMISATION

Permettre à chacun de mieux comprendre, anticiper et réguler son propre équilibre psychique et physiologique au quotidien.



DES SOLUTIONS CONCRETES ET OPERATIONNELLES

Des accompagnements pragmatiques, et adaptés aux réalités humaines et opérationnelles de l'entreprise

UN PARTENAIRE POUR L'ENTREPRISE

- ◆ **Instaurer une culture de prévention durable et structurée** au sein de vos équipes.
- ◆ Impliquer les salariés en les **rendant acteurs éclairés de leur santé mentale.**
- ◆ **Sécuriser les parcours** en prévenant précocement les situations de rupture et d'inaptitude.
- ◆ **Valoriser votre marque employeur** en soutenant concrètement la Qualité de Vie au Travail (QVT).
- ◆ Bénéficier d'un tiers de confiance **offrant un double regard expert RH & Psychologique.**
- ◆ **Favoriser le maintien durable dans l'emploi** et optimiser les coûts liés à l'absentéisme.

NOTRE EQUIPE



Sylvie NEAUME
Coach & DRH



Magali BABONNEAU
Psychologue Clinicienne



Philippe DOMERCQ
Médecin du sommeil



Philippe THOREL
Coach & Docteur en psychologie
du travail



Alison MENARD
Ostéopathe

CONTACTEZ-NOUS



Sylvie **NEAUME**



Magali
BABONNEAU

Tel : **06 75 65 18 02** | - **0621954907**

Mail : contact.ymavia@gmail.com

*Une écoute active, une éthique de parole,
une dynamique de questionnement.*



Prévenir. Accompagner. Remobiliser.

Ymavia vous accompagne dans la prévention de l'épuisement professionnel et la promotion de la santé mentale au travail.