



Allier
bien-être
et efficience

RETOUR RÉUSSI DE VOS EMPLOYÉS POST BURNOUT : APPROCHE NOVATRICE POUR UN TRAJET DE RÉINTÉGRATION 2.0

En tant que professionnel des **ressources humaines ou manager**, vous recherchez des solutions pour :

- **Prévenir** le burnout et réduire le stress
- Mettre en place des mesures **concrètes et réalistes**
- Faciliter la **réintégration durable** et **efficente** d'un collaborateur
- **Maintenir un équilibre** pour éviter les rechutes

Plan collectif intra-entreprise

- Formations, ateliers et accompagnements organisationnels multilingues
- **Prévention des risques psychosociaux**
- Identifier les dysfonctionnements et créer un plan d'actions en partenariat

Restore the balance !

Plan individuel inter-entreprises, du collaborateur, approche novatrice pluridisciplinaire depuis 7 ans

- Chemin IACA: **Intégration, Accompagnement, Conscience & Aptitudes**
- Programme de 9 modules par 5 professionnels
- Multidimensionnel - 9 techniques
- Retour durable avec un risque de rechute faible

**Anne Habets de Stress Out, votre solution
complète dans l'accompagnement du burnout**



25 ans
d'expérience
managériale

Anne Habets, fondatrice de Stress Out et
du Chemin IACA pour sortir du burnout

En 2017, pionnière de l'accompagnement pluridisciplinaire du stress et du burnout, j'ai développé le chemin IACA en collaboration avec des scientifiques de renom et une équipe de professionnels chevronnés (après un burnout en 2012).

J'ai cofondé la **Clinique du stress et burn-out** au Chirec Lambermont, avec plus de 300 patients.

Ingénieure de gestion de formation, j'ai dirigé dès mes 24 ans la PME familiale, accumulant près de 25 ans d'expérience managériale en secteur privé et associatif et en RH, en Belgique et à l'étranger.

Formatrice, coach holistique, consultante en risques psychosociaux et personne de confiance externe, je reçois également en individuel en FR/EN/ES.

Parcourez mon site : <https://www.annehabets.org>



Écoutez mes capsules hebdomadaires
"Les secrets du burnout" sur BXFM. Scannez
le QR Code pour accéder à Spotify
anne@stress-out.be +32 497 39 97 97

CHEMIN IACA



9 modules
Groupes de 12 pers.
maximum
19 éditions en 7 ans

**Un programme unique
avec un processus éprouvé**

**Sortir du burnout requiert
une approche pluridisciplinaire**

Le Chemin IACA favorise

- Meilleure connaissance de soi
- Prévention active
- Réintégration réussie

En pratique

- Entretien préalable avec votre collaborateur
- Chacune des parties est actrice de changements
- Contribution financière possible de l'employeur, en soutien à son retour

Dates et lieu : quatre **samedis** + une soirée répartis sur 4 mois à Tervuren (facilités d'accès et de parking)

Entretien en individuel (FR/EN/ES) à Wemmel et en visio.
Prenez rendez-vous via l'agenda en ligne :

<https://progenda.be/centers/annehabets>

ACCOMPAGNER LA METAMORPHOSE

Rouages

Comprendre ses mécanismes de stress et de burnout pour le prévenir et en sortir grâce aux neurosciences



Lotus

Éveiller son corps à l'aide du yoga et de la méthode TRE®



Sagesse

Libérer son esprit par la méditation et la prise de conscience de ses croyances



Boussole

Se reconnecter à la joie avec l'hypnose



Feeling

Décrypter le message de ses émotions



Move

S'exprimer par le corps en mouvement



Equilibre

Trouver sa juste place grâce aux constellations systémiques



Bloom

Visualiser ce qui fait vibrer



Bulles

Intégrer les acquis pour retrouver son potentiel



Explorez la page du Chemin IACA.
Info, détails pratiques et témoignages :
<https://www.annehabets.org/sortir-du-burnout>



**Contactez-moi pour une offre
détaillée : formation - facilitation,
consultation, chemin IACA, stages**

anne@stress-out.be

+32 497 39 97 97