

# LES ATELIERS DU PRÉ-BURN-OUT

## Où et comment éviter le Breaking Bad



Les samedi 8, 15 et 21 juin  
de 14 à 18 H



Guy CATEL - Consultant, Coach certifié, Médiateur en entreprise

J'interviens en entreprise depuis plus de 15 ans en suivant les évolutions des entreprises et du management (management matriciel, projet, équipes, 3.0) et l'impact croissant du numérique. Passionné par l'humain, j'observe attentivement dirigeants et managers en situation et développe avec eux des stratégies comportementales adaptées à leurs situations professionnelles.

*Depuis un an, voilà ce que j'entends en séance de travail :*

« Mon travail n'a pas plus de sens »

« Je me sens fatigué(e), épuisé(e), énervé(e), angoissé(e) »

« Je ne veux plus retourner travailler dans ces conditions »

« Je m'ennuie, je n'avance plus »

« Je n'arrête pas de travailler et n'arrive plus à prioriser mes tâches tellement je suis sous l'eau... je n'en peux plus »

« Je ne me sens pas considéré(e), respecté(e) »

*et bien d'autres signaux que vous observez, mais que votre entourage note aussi !*

Prenez les devants ! Évitez de tomber dans le précipice du Burn-Out dont il vous faudra plusieurs mois avant de vous en remettre et à quel prix !

Les ateliers du Pré-Burn-Out vous proposent de travailler en groupe de 4/5 personnes, le samedi après midi, tranquillement et:

- Partager vos expériences d'entreprise
- Faire le point sur votre situation professionnelle
- Analyser vos comportements et postures
- Mettre en place un plan d'action pour :
  - Donner du sens à votre vie professionnelle et personnelle
  - Retrouver le goût du travail et de l'effort
  - Retrouver votre place dans l'entreprise, au sein de votre équipe
  - Utiliser des stratégies et des outils comportementaux adaptés en situation

Ateliers du Pré-Burn-Out : les samedi 8, 15 et 21 juin de 14 à 18 H

Programme sur demande

Lieu : 13, Villa Houssay - 92200 Neuilly-sur-Seine

Tarif : 250 euros la session

Réservation : Guy Catel Mob : 06 84 81 82 56



ERGESIS - 13, villa Houssay - 92200 Neuilly/Seine - M° Pont-de-Neuilly

Guy Catel Directeur

mobile : 06 84 81 82 56 - tél-fax : 01 74 63 26 04

www.ergesis.com

Des ressources et des hommes  
management du changement - coaching - médiation - formations