



**Des accompagnements sur mesure
pour améliorer votre Qualité de Vie
et vos Conditions de Travail**



Juillet 2024

SOMMAIRE

- 4 Introduction
- 6 Marque employeur
- 8 Coaching individuel
- 14 Démarche QVCT
- 18 Démarche RPS
- 22 Conférences et webinaires
- 23 Qui suis-je ?
- 24 Contacts





CCULTURE QVCT

Confidentialité

Bienveillance

Coopération

Réalisation de soi

Epanouissement

Inclusion

Humilité



Introduction

**“Les deux choses
les plus
importantes
n'apparaissent pas
au bilan de
l'entreprise :
sa réputation
et ses hommes.”**

Henri Ford



Et pourtant, ce qui impacte le bilan comptable, d'une entreprise, ce sont bien sa réputation et ses salariés.

La Qualité de Vie et des Conditions de Travail à des répercussions sur la performance et l'engagement de chaque collaborateur, mais aussi sur l'image de l'entreprise.



Améliorez votre réputation et l'expérience de vos collaborateurs

Dans un monde du travail en pleine mutation, les attentes des candidats évoluent :

- 92% recherchent un **cadre de travail plus agréable**
- 89% veulent un **management** qui leur correspondent mieux
- 87% veulent avoir la possibilité de **développer régulièrement leurs compétences**

94% des candidats disent se renseigner sur l'entreprise avant de postuler

Les principales informations qu'ils recherchent sont :

- l'activité et l'actualité de l'entreprise
- **les avis, notations et témoignages des salariés**

*étude Ifop pour Le Figaro (2022)

**La Qualité de Vie et des Conditions de Travail
est devenu un levier indispensable
pour la fidélisation et l'attractivité des salariés**

Marque employeur

Faites évoluer l'image de votre entreprise

Culture QVCT vous accompagne pour vous permettre de **faire progresser votre marque employeur**.

Vous pourrez ainsi **vous différencier de vos concurrents** sur le marché de l'emploi tout en améliorant votre **image de marque**.

En prenant soin de vos salariés, vous développerez aussi leur **fidélité**, leur **engagement** ainsi que leur **fierté** de faire partie de votre entreprise. Ils deviendront alors de véritables ambassadeurs pour **attirer de nouveaux talents**.



Marque employeur

→ Un accompagnement en 3 étapes



Evaluation

Nous faisons ensemble
le bilan des actions
déjà en place
dans votre entreprise



Réflexion

Nous étudions vos axes
d'améliorations afin de
vous permettre de choisir
les plus pertinents



Action !

Nous vous aidons
à élaborer votre plan
d'action selon vos priorités

→ En option

- une enquête pour connaître l'image de votre entreprise auprès de vos collaborateurs
- un atelier collectif pour vous aider à définir l'identité et les valeurs de votre entreprise

Développez le potentiel de vos collaborateurs

Le coaching est une **discipline transversale des sciences humaines**. C'est un travail ponctuel vers une **amélioration des performances**.

Il vise au **développement du potentiel** des individus en les aidant à **trouver leurs propres solutions**. Le coaching est élaboré **en co-construction avec le client**. Le coach est responsable des moyens mis en œuvre et le client des résultats.

Contrairement aux idées reçues, **le coaching n'est pas une transmission de connaissances, de conseils ou d'un savoir-faire**, mais plutôt d'un rapport circulaire où chacun se nourrit de la parole de l'autre.



Les bénéfices du coaching



Le retour sur investissement
moyen pour les entreprises
est d'environ

5,7 X

le montant investi dans le coaching*



Ce qu'en disent les coachés

80%*

ont noté une nette
**amélioration de leur
confiance en eux**

70%*

ont remarqué une
**amélioration
de leur performance
au travail**

96%*

se disent
**prêts à refaire
l'expérience
si besoin**

*étude PWC pour l'ICF (2021)



Thématiques d'accompagnement



Sortir du syndrome de l'imposteur

Le syndrome de l'imposteur **touche 70% des personnes à un moment ou à un autre de leur vie**. Il est particulièrement présent dans le monde du travail chez les personnes aux **carrières brillantes** qui atteignent leurs objectifs par des chemins détournés. Une **promotion** est par ailleurs un moment propice pour ressentir ce **sentiment d'illégitimité**.



Gérer Son Stress Et Ses Émotions

Le stress fait partie des **risques psychosociaux**. Il entraîne des conséquences importantes sur la santé et sur les relations aux autres. Il impacte négativement le travail d'équipe, l'ambiance de travail et la performance globale.



Gérer Son Temps Avec Efficacité

Tout est une question de **choix**, et d'**organisation** selon les **priorités**. Et pour le faire, et gagner du temps, il faut d'abord en prendre. Le coaching en gestion du temps permet de faire le point et de **trouver de nouvelles manières de gérer son temps pour en gagner**.



Trouver le bon équilibre

Réussir à trouver le bon équilibre entre vie professionnelle et personnelle est un gros challenge. Que vous soyez cadre, manager, ou dirigeant, vous le savez : on ne peut pas tout faire (ou en tout cas, pas en même temps). Ici encore il s'agit de question de **gestion du temps**, du **stress**, et de vos **priorités**.

Coaching individuel



Préparer et bien vivre sa retraite

La retraite est un **passage délicat** à bien des égards.

Le collaborateur passe d'un statut de personne active contribuant à créer la richesse de l'entreprise, au statut d'inactif et d'allocataire d'une prestation sociale.

Ce **changement de statut** peut générer beaucoup de **stress** et de **remises en question** quant à sa place dans la société.

Le coaching de préparation à la retraite permet de voir plus clair dans les méandres de ce **rite de passage**, pour le vivre plus sereinement et construire de nouveaux projets qui feront sens dans cette nouvelle vie. C'est aussi un moment de choix pour faire le **bilan de sa vie professionnelle**,



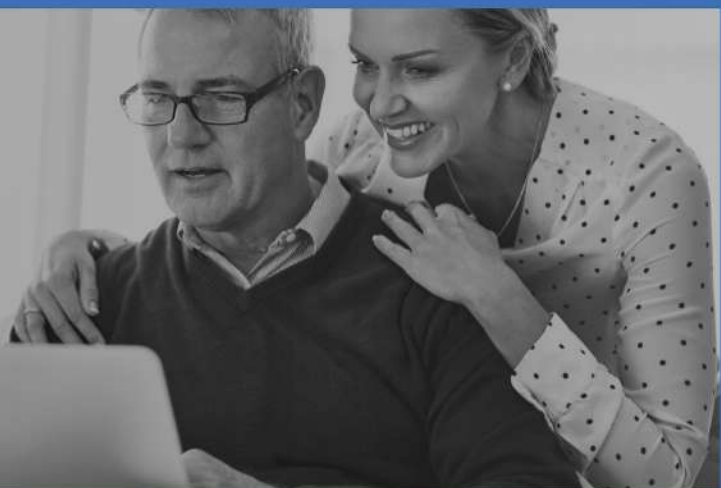
Le meilleur objectif : le vôtre

Il existe une infinité d'objectifs que le coaching peut accompagner.

Votre objectif n'est pas proposé dans les thématiques ?

Parlons-en !

L'accompagnement au passage à la retraite est un outil de choix pour **améliorer l'expérience collaborateur** afin qu'il demeure un **ambassadeur** de votre marque employeur, même après avoir quitté l'entreprise et le monde du travail



Coaching individuel



Coaching de manager



Manager Avec Bienveillance

Pour faire face aux nouveaux défis que constituent l'attraction des talents et la fidélisation des salariés, le management bienveillant est devenu **incontournable**.

Cependant, **l'évolution des méthodes managériale** demande également une évolution de la vision du rôle du manager.

Ce rôle, c'est d'**accompagner les collaborateurs** en prenant soin de leur santé et de leur qualité de vie au travail pour maximiser leurs performances. Il doit être capable de **comprendre ses subordonnés et leurs motivations**, et de déléguer en toute confiance pour **favoriser leur évolution et leur autonomie**.

Cela demande parfois le **développement de soft-skills** comme l'écoute, l'empathie, la pédagogie, la communication non-violente, l'expression de la reconnaissance du travail accomplie...



Coaching individuel

Tous les coachings sont réalisés à distance. C'est un gain de temps et d'énergie pour vos collaborateurs. De plus, en limitant les déplacements inutiles, vous contribuez à réduire vos émissions de CO2.



Les séances au bureau, en déplacement ou en télétravail

Afin de poursuivre le coaching où que vous soyez. Un seul prérequis : avoir une heure de disponible et la possibilité de vous isoler.

Améliorez la qualité de vie au travail

La Qualité de Vie au Travail (QVT), ou désormais la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT), est **un enjeu sociétal de plus en plus central dans l'entreprise.**

Le terme QVCT, qui a remplacé celui de QVT dans le code du travail, englobe à lui seul plusieurs dimensions :



Les bénéfices de l'amélioration de la QVCT



2x
plus

d'organisations en croissance
parmi celles qui investissent
fortement en QVCT (+120%)*



Augmentation de l'engagement et de la santé au travail

88%*

des français estiment
que la QVCT
devrait être
un enjeu prioritaire
ou important

5x*

plus de salariés
engagés

3x*

moins de salariés
désengagés

+90%*

des collaborateurs
se considèrent en
bonne santé mentale
chez ceux qui
investissent fortement
en QVCT

*étude Ipsos pour Qualisocial (2024)



Un accompagnement en 4 étapes (réservé aux entreprises de -50 salariés)



Consultation

Nous organisons des espaces de discussion avec vos collaborateurs afin de faire l'état des lieux de ce qui fonctionne, de leurs attentes et des améliorations possibles, sur les bases de l'intelligence collective.



Plan d'actions

Nous élaborons ensemble votre plan d'actions selon vos priorités et vos ressources.



Expérimentation

Nous définissons ensemble un calendrier d'expérimentation des actions que vous avez choisi de tester.



Suivi

Une fois la phase d'expérimentation achevée, nous faisons le bilan des actions mises en œuvre et envisageons ensemble des ajustements si nécessaire.



Une méthodologie fiable

- Mise en œuvre des outils développés par l'Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de Travail (ANACT)
- Mobilisation des outils du coaching pour faciliter l'intelligence collective et coconstruire vos propres solutions avec vos collaborateurs



Objectif autonomie

- Fiches méthodologiques pour vous aider à préparer chaque étape
- Méthode conçue pour favoriser votre autonomie, afin de poursuivre la démarche au terme de l'accompagnement

Prenez soin de vos collaborateurs

Le **coût économique du stress au travail** est considérable :

- **4% du PIB mondial** selon l'OIT,
- **108 milliards d'euros** pour la société française selon l'Institut Sapiens.

Mais ce qui se cache surtout derrière ces coûts pour la société, ce sont des **coûts humains**.

Il est **obligatoire** pour une entreprise de prendre toutes les mesures nécessaires pour protéger la santé physique et mentale de ses salariés. Elle doit évaluer tous les risques professionnels et retranscrire ces risques dans le **Document Unique**. Cela inclus la prévention des **risques psychosociaux**.



Les bénéfices de la prévention des risques psychosociaux



1€ = 13€
investit de bénéfice

*étude de l'agence européenne pour la
sécurité et la santé au travail (2013)



Diminution de l'absentéisme et augmentation du chiffre d'affaire

-24%*
d'absentéisme

*étude Munz et al., (2001).

+23%*
de chiffre d'affaire

*étude Munz et al., (2001).

-25%*
de risques
psychosociaux
perçus par les salariés

*étude Promotion santé
Suisse (2011)

Démarche RPS



Un accompagnement en 4 étapes (réservé aux entreprises de -50 salariés)



Préparation

Définition du cadre de la démarche et préparation du ou des **questionnaires**, ainsi que du recueil des **indicateurs RH**, **selon votre situation et vos problématiques**.



Diagnostic et Analyse

Recueil des données en **entretien collectifs**, avec ajout d'un **questionnaire** individuel et anonymisé en ligne si la situation le nécessite.

Analyse des données et présentation au comité de pilotage.



Plan d'actions

Elaboration conjointe de votre plan d'actions à partir du diagnostic et **selon vos priorités et vos ressources**.



Mise en œuvre et Suivi

Accompagnement de la première réunion de suivi des actions.

Evaluation de l'efficacité et de l'impact, de chacune des actions réalisées ou en cours de réalisation.



Une méthodologie fiable

- Mise en œuvre des **outils développés par l'Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS)**
- Utilisation de **questionnaires standardisés** qui ont fait leurs preuves
- Mobilisation des **outils du coaching** pour faciliter le dialogue et la recherche de **vos propres solutions** au sein de vos équipes



Objectif autonomie

- **Fiches méthodologiques pour vous aider à préparer chaque étape**
- Méthode conçue pour **favoriser votre autonomie**, afin de poursuivre la démarche au terme de l'accompagnement



Conférences et webinaires

Culture QVCT propose des **conférences**, en présentiel ou en webinaire, afin de vous permettre de **sensibiliser** vos collaborateurs aux **sujets phare** de la qualité de vie et des conditions de travail. Ces conférences peuvent être adaptées selon votre situation et les sujets que vous souhaitez plus particulièrement approfondir.

Actuellement disponible :

→ **Sensibilisation aux risques psychosociaux**

D'autres **conférences** sont en cours d'élaboration afin d'étoffer l'offre de services.

Si vous êtes intéressé, n'hésitez pas à prendre contact. **Une réduction sera appliquée aux trois premières entreprises qui passeront commande.**

→ **Entreprise et handicap : développer l'inclusivité**

→ **Comprendre les mécanismes des discriminations**

→ **Manager en prenant soin de ses collaborateurs**

→ **Les fondamentaux de la gestion du stress**



-10%
aux 3 premières entreprises

Qui suis-je ?

Une coach professionnelle certifiée et expérimentée



Sylvie Lecamus

- ✓ Coach Professionnelle certifiée RNCP
- ✓ Adhérente à l'EMCC et à son code de déontologie
- ✓ 20 ans d'expérience en communication
- ✓ 2 ans d'expérience en gestion RH
- ✓ Formée aux premiers secours en santé mentale et aux risques psychosociaux
- ✓ Auteur d'un mémoire " santé mentale au travail : comment prévenir les risques psychosociaux et améliorer la qualité de vie et les conditions de travail dans les PME grâce au coaching ? "



*J'ai créé Culture QVCT avec l'ambition d'accompagner les entreprises à **améliorer concrètement** leur **marque employeur**.*

Avec internet le bouche à oreille est décuplé.

*La **réputation** en tant qu'employeur se construit avant tout au travers de **l'expérience des collaborateurs** de l'entreprise.*

*Ma conviction, c'est qu'**un collaborateur heureux est un véritable ambassadeur de son entreprise**.*

*Développer la QVCT, c'est **améliorer la performance et son image de marque, fidéliser ses collaborateurs et attirer les talents**.*

CULTURE QVCT



Téléphone

02 53 19 84 86



E-mail

contact@culture-qvct.fr



Adresse postale

Culture QVCT
c/o L'Ouvre Boites
6 esplanade Anna Marly
44600 SAINT NAZAIRE



<https://culture-qvct.fr>