

# COACHING DE RETOUR

**POST BURN OUT/ARRET MALADIE/CONGES DE MATERNITE**

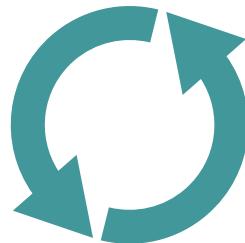
**Une reprise, ça se prépare**



**Les intentions du coaching professionnel**

**Parce qu'un collaborateur bien accompagné, c'est un bénéfice partagé :**

- Pour le manager
- Pour son équipe
- Pour l'organisation



## Pourquoi proposer un coaching ?

### Pour vos collaborateurs :

- Retrouver confiance, énergie et clarté.
- Reprendre sa place à son rythme, avec plus de sérénité.
- Réaligner ses priorités et mieux gérer ses équilibres.
- Reconnecter à ses forces et ses compétences clés.
- Valoriser les apprentissages tirés de son absence (résilience, recul, lucidité).
- Sécuriser sa reprise, éviter les blocages ou les désengagements.

### Pour votre entreprise :

- Fluidifier le retour et favoriser une réintégration durable.
- Prévenir les risques de rechute, d'isolement ou de rupture.
- Maintenir la cohésion d'équipe et le dialogue managerial.
- Renforcer la QVCT (Qualité de Vie et Conditions de Travail).
- Affirmer une culture d'entreprise humaine, inclusive et apprenante.
- Valoriser votre marque employeur par des actions concrètes et responsables.

## À qui s'adresse ce dispositif ?

Toute personne reprenant le travail après une absence prolongée :

- Burn-out.
- Arrêt maladie.
- Remise en question ou transition professionnelle.

---

# Processus du coaching

---

Un processus structuré en 4 temps, ajusté à chaque situation :

1

Cadrage initial – 1h30

Rencontre pour poser les bases : attentes, peurs, objectifs. Possibilité d'échange tripartite avec RH ou manager.

2

Accompagnement personnalisé

6 à 8 séances sur 3 à 4 mois, alternant temps d'échange, mise en action, apports concrets et prise de recul. Présentiel ou visio. Fréquence adaptée.

3

Suivi & ajustements

Points réguliers pour faire évoluer le plan d'action et consolider les apprentissages.

4

Bilan final

Un temps pour ancrer les avancées, identifier les leviers durables et se projeter sereinement.

- Possibilité d'entretien tripartite de clôture
- Suivi possible dans les mois suivants

---

## Tarif et modalités

---

Entre 150 € HT hors frais de déplacements.

Format présentiel, hybride ou distanciel

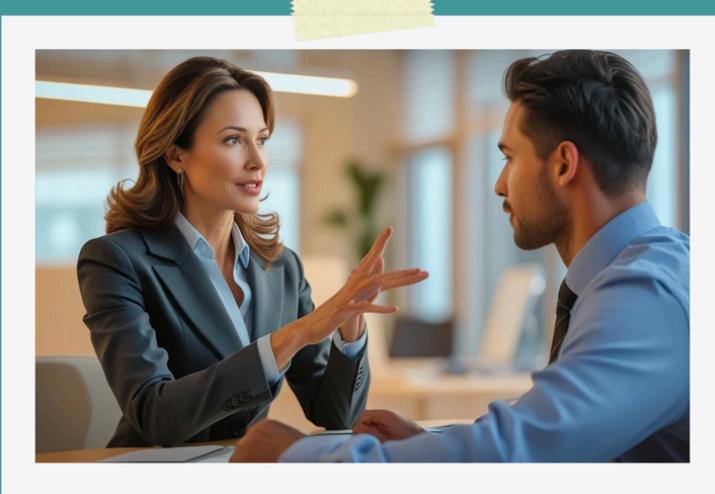
- Contrat tripartite entreprise / coahé/coach
- Sur ou hors temps de travail – avec accord préalable
- Démarche strictement volontaire & confidentielle

---

## EXPERTISE & ENGAGEMENT

---

- ✓ Une consultante expérimentée et coach professionnelle (EMCC) : 20 ans dans l'accompagnement professionnel avec une double expertise en prévention du burn out et en coaching de managers & de collaborateurs.
- ✓ Une collaboration étroite avec une psychologue du travail.
- ✓ Des outils adaptés coaching systémique, PNL, SOSIE, TLP, Ikigai...



**Prenez rendez-vous sans plus attendre !**



**Géraldine LEBRETON**  
Coach Professionnelle

**Un accompagnement sur-mesure pour sécuriser, rassurer et renforcer la cohésion.**

**Contactez moi :**

[contact@prismavie-rh.fr](mailto:contact@prismavie-rh.fr)

06 07 79 79 20

[www.prismavie-rh.fr](http://www.prismavie-rh.fr)

**Suivez moi sur :**

LinkedIn & Facebook



**PRISMAVIE RH**