

ST

STHENOA TRANSITIONS

Sécuriser les parcours, consolider les organisations

Ensemble, prenons soin de vos équipes.

Prévention des RPS · Maintien en emploi · Formation · Accompagnement

20 ans

d'expériences

91 %

taux de réussite

24

insertions < 6 mois

TIH

avantage AGEFIPH

Nafissa VALIÈRE — Experte des parcours professionnels

20 ans d'expériences · Ex-Référente TH France Travail · Formatrice PSSM

Formatrice certifiée FPA · MBA Manager Stratégique RH en cours · Titulaire RQTH (TIH)

NOS 5 OFFRES

01

Sécurisation et maintien en emploi

Programme modulaire — 6 modules combinables

02

Prévention des RPS & Burn-out

Formation intra — 1 jour + suivi J+15

03

Cellule d'écoute externalisée

Abonnement mensuel — accès confidentiel

04

Accompagnement maintien en emploi TH

Sur mesure — PSH et situations de fragilité

05

Bilan de compétences

24h / 3 mois — finançable CPF

CERTIFICATIONS & FORMATIONS

- MBA Manager Stratégique RH (en cours) — ESGRH
- Formatrice PSSM — Premiers Secours en Santé Mentale
- Bachelor Digital RH — Comptalia (2023)
- Formatrice Professionnelle d'Adultes — AFPAR (2017)
- Conseillère en Recrutement — CNFDI (2022)
- Titulaire RQTH — Travailleur Indépendant Handicapé (TIH)

AVANTAGE TIH — AGEFIPH

AVANTAGE TIH — FIPHFP : Nafissa VALIÈRE est TIH. Toute prestation est déductible de votre contribution OETH. Coût net pouvant atteindre **0 €** selon votre solde résiduel (consultez votre conseiller AGEFIPH/FIPHFP).

MODES DE FINANCEMENT

OPCO	Via l'opérateur de compétences de votre branche professionnelle
Plan de compétences	Budget formation annuel de l'entreprise ou de la collectivité
CPF	Financement individuel — bilan de compétences éligible
AGEFIPH / FIPHFP	Déductible de la contribution OETH — avantage TIH Nafissa VALIÈRE
CNFPT	Pour les agents publics — budget formation collectivité territoriale
Cap Emploi / France Travail	Pour les personnes en situation de handicap

COMMENT TRAVAILLER ENSEMBLE ?

1. Prise de contact — Réponse sous 48h

2. Diagnostic — Analyse contexte & enjeux (gratuit)

3. Proposition — Devis + plan de financement

4. Action — Intervention & suivi

Accompagner chaque étape de la vie professionnelle à La Réunion et Mayotte

OBJECTIFS	PUBLIC CIBLE
● Identifier et prévenir les risques d'épuisement professionnel	● Salariés en situation de fragilité
● Disposer d'outils concrets de gestion du stress	● PSH — RQTH ou en cours de démarche
● Bénéficier d'un espace de parole confidentiel	● Agents en risque d'inaptitude
● Maintenir ou retrouver une dynamique professionnelle	● Collaborateurs en retour d'absence
● Construire un projet d'évolution cohérent avec ses capacités	● Tout salarié souhaitant évoluer

LES 6 MODULES

01	Prendre soin de ma santé au quotidien <i>Identifier les signaux de fatigue · Stratégies de préservation · Plan d'action personnalisé</i>
02	Reconnaître et gérer mon stress <i>Cartographier les sources de stress · Régulation émotionnelle · Outils concrets d'équilibre</i>
03	Ma cellule d'écoute <i>Accompagnement individuel confidentiel · Espace de parole · Orientation vers les ressources</i>
04	Accompagner les collaborateurs <i>Posture managériale · Protocoles d'intervention · Gestion des retours après absence</i>
05	Développer ma carrière et mes compétences <i>Projet professionnel · Dispositifs d'accompagnement · Activation du CPF</i>
06	Rebondir et me réorienter <i>Nouvelles possibilités professionnelles · Introduction bilan de compétences · Plan d'action</i>

TARIF & FINANCEMENT		INSCRIPTION	
Tarif	Sur devis selon modules retenus	Contact	nafissa.valiere@sthenoa.fr 0693 33 88 32
Financement	FIPHFP · OPCO · Plan formation · Cap Emploi	Réponse	Sous 48h ouvrées
Avantage TIH	Coût net pouvant atteindre 0 €	Démarrage	Sous 2 semaines après financement

Détecter, prévenir et agir avant le point de rupture

OBJECTIFS DE L'ACTION

- Identifier ses signaux d'alerte physiques, émotionnels et comportementaux
- Distinguer stress ponctuel, stress chronique, burn-out et bore-out
- Comprendre les obligations légales de l'employeur (DUERP, loi santé au travail)
- Gérer une situation de crise avec les bons réflexes managériaux
- Orienter efficacement vers les dispositifs et ressources disponibles localement
- Mettre en pratique des techniques concrètes de régulation du stress

FORMAT & PUBLIC

Durée	1 journée (7h) en intra + 1 séance de suivi individuel (1h) à J+15
Participants	6 à 12 participants par session — groupe fermé
Modalités	Présentiel (sur site) ou distanciel synchrone
Public	Managers · Encadrants · Salariés tous niveaux · Agents publics · Équipes RH
Territoire	La Réunion & Mayotte — interventions sur site incluses

DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

MATIN	APRÈS-MIDI
08h30 — Accueil & introduction	13h30 — Reprise
Définitions : RPS, stress chronique, burn-out, bore-out	Cas pratiques : détecter la détresse chez un collaborateur
Cartographie des facteurs de risque	Posture managériale & protocole d'intervention
Auto-diagnostic : mes signaux d'alerte personnels	Boîte à outils : régulation du stress
Obligations légales employeur (DUERP, loi santé travail)	Cartographie des acteurs de soutien locaux
12h00 — Pause déjeuner	17h00 — Bilan & clôture

Suivi J+15 inclus : séance individuelle 1h pour ancrer les acquis et adapter les outils à la réalité du terrain.

TARIFS & FINANCEMENT

Tarif	1 400 € HT / jour de formation (suivi J+15 inclus)
Pack 3 à 5 jours / 6 mois	4 000 € à 7 000 € HT selon volume
Financement	OPCO · Plan de développement des compétences · Budget collectivité · CNFPT
Avantage TIH	Coût net pouvant atteindre 0 € — déductible contribution OETH

LIVRABLES FOURNIS À CHAQUE PARTICIPANT

- Support de formation complet (PDF)
- Fiche réflexe « Situations de crise » — protocoles clés en main
- Carnet de ressources locales Réunion & Mayotte
- Attestation individuelle de participation

Un dispositif de soutien continu pour vos collaborateurs en difficulté

OBJECTIFS DE L'ACTION

- Offrir un espace confidentiel et sécurisé pour exprimer les difficultés
- Prévenir les arrêts maladie prolongés et l'absentéisme par une prise en charge précoce
- Détecter et accompagner les fragilités psychologiques avant qu'elles ne s'aggravent
- Décharger les managers et équipes RH des situations de souffrance au travail
- Orienter vers les ressources et dispositifs adaptés à chaque situation
- Fournir à la direction un reporting trimestriel anonymisé pour piloter la prévention RPS

FORMAT & PUBLIC

Format	Abonnement mensuel sans engagement — résiliable sous 30 jours de préavis
Séances	Individuelles sur RDV — 45 à 60 min — présentiel ou distanciel
Accès	Premier RDV disponible sous 48h à 72h maximum
Public	Tous les salariés — accès libre, volontaire et strictement confidentiel
Cible prioritaire	Entreprises 10 à 250 salariés · Retours d'arrêt maladie · PSH
Territoire	La Réunion & Mayotte — interventions sur site possibles
Reporting	Rapport trimestriel anonymisé transmis à la direction RH

DÉROULÉ D'UNE SÉANCE TYPE

1	Phase 1 (10 min) — Accueil Mise en confiance, définition de l'objectif de la séance
2	Phase 2 (25-35 min) — Exploration Expression des difficultés, analyse des ressources disponibles
3	Phase 3 (10 min) — Plan d'action Co-construction d'une orientation ou d'un plan d'action adapté
4	Post-séance — Suivi confidentiel Note interne — aucune information transmise à l'employeur sans accord

TARIF & FINANCEMENT

Tarif mensuel	600 € HT / mois
Engagement	Sans engagement minimum — résiliable sous 30 jours
Financement	Plan de formation · Budget prévention RH · Déductible contribution OETH (TIH)

AVANTAGE TIH — AGEFIPH/ FIPHP : Nafissa VALIÈRE est TIH. Toute prestation est déductible de votre contribution OETH. Coût net pouvant atteindre 0 € selon votre solde résiduel (consultez votre conseiller AGEFIPH/FIPHP).

CONFIDENTIALITÉ GARANTIE — *L'accès est volontaire — le salarié reste libre d'utiliser ou non le dispositif.*

Aucune information individuelle identifiable n'est transmise à l'employeur.

Seuls des rapports statistiques anonymisés sont communiqués à la direction.

Une expertise rare : ex-Référente TH France Travail + vécu personnel RQTH

OBJECTIFS DE L'ACTION

- Prévenir la désinsertion professionnelle des salariés en situation de handicap
- Évaluer les besoins d'aménagement de poste et co-construire des solutions adaptées
- Accompagner le salarié PSH dans ses démarches RQTH et l'accès à ses droits
- Sensibiliser l'équipe et les managers au handicap en milieu professionnel
- Mobiliser les financements disponibles (AGEFIPH, FIPHFP, Cap Emploi, OPCO)

PUBLIC CIBLE & FORMAT

Public	PSH (RQTH ou en cours) · Agents en risque d'inaptitude · Services RH
Format	Sur mesure — durée et rythme adaptés à chaque situation individuelle
Durée	De 3 à 12 mois selon la complexité de la situation
Fréquence	Séances individuelles bimensuelles ou mensuelles
Territoire	La Réunion & Mayotte — interventions sur site incluses
Option collective	Sessions sensibilisation équipe disponibles en complément (demi-journée)

DÉROULÉ DE L'ACCOMPAGNEMENT — 6 ÉTAPES

1	Étape 1 — Diagnostic Analyse de la situation de travail et évaluation des besoins d'aménagement de poste
2	Étape 2 — Plan de maintien Co-construction d'un plan personnalisé avec le salarié, l'employeur et les partenaires
3	Étape 3 — Démarches RQTH Appui et orientation dans les démarches de reconnaissance du handicap et d'accès aux droits
4	Étape 4 — Aménagement Mise en oeuvre des préconisations d'aménagement de poste ou de temps de travail
5	Étape 5 — Sensibilisation Formation courte de l'équipe et des managers au handicap et à l'inclusion
6	Étape 6 — Suivi Accompagnement régulier sur la durée définie + bilans intermédiaires

TARIF & FINANCEMENT

Tarif	Sur devis selon la nature et la durée de l'accompagnement
Financement prioritaire	AGEFIPH / FIPHFP — financement possible à 100% selon situation
Autres financements	Cap Emploi · Plan de formation · OPCO
Avantage TIH	Prestation déductible de la contribution OETH — coût net pouvant atteindre 0 €

EXPERTISE UNIQUE — DOUBLE LÉGITIMITÉ

Nafissa VALIÈRE cumule 20 ans d'expérience dont un poste de Référente TH à France Travail, et est elle-même titulaire de la RQTH. Cette double légitimité — institutionnelle ET vécue — permet de comprendre les enjeux du handicap au travail sous toutes leurs dimensions.

Construire un projet professionnel solide, finançable CPF

OBJECTIFS DE L'ACTION

- Analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses motivations profondes
- Identifier ses valeurs et les conditions de travail favorables à son épanouissement
- Définir un projet professionnel réaliste, adapté à sa situation de santé ou de handicap
- Mettre en place un plan d'action concret pour atteindre ses objectifs
- Connaître les formations et dispositifs disponibles pour réaliser son projet

PUBLIC CIBLE & FORMAT

Public	Salariés en reconversion · PSH · Post burn-out · Reclassement suite inaptitude
Durée	24 heures réparties sur 3 mois maximum
Rythme	Sessions individuelles de 1h30 à 2h — 1 à 2 séances par quinzaine
Modalités	Présentiel (Saint-Denis, La Réunion) ou distanciel synchrone
Cadre légal	Conforme à l'article L6313-1 du Code du Travail — prestataire habilité
Territoire	La Réunion & Mayotte

LES 3 PHASES DU BILAN

1	Phase 1 — Préliminaire (2h) Analyse de la demande, définition des besoins, conditions du bilan, validation de l'engagement
2	Phase 2 — Investigation (14 à 16h) Exploration compétences, aptitudes, valeurs, motivations — tests validés, entretiens approfondis
3	Phase 3 — Conclusion (6h) Formalisation du projet, validation faisabilité, plan d'action, document de synthèse final

Outils utilisés : Tests de personnalité validés · Cartographie des compétences · Analyse des expériences · Entretiens semi-directifs · Recherche documentaire marché local

TARIF & FINANCEMENT

Tarif	1 600 à 1 900 € selon financement
CPF	Éligible — vérifier solde sur moncompteformation.gouv.fr
Plan de formation	Prise en charge employeur via plan de développement des compétences
OPCO	Via l'opérateur de compétences de votre branche professionnelle
Cap Emploi / FT	Financement disponible pour les PSH — accompagnement inclus
Païement personnel	Païement en plusieurs fois possible sur demande

LIVRABLES FOURNIS AU BÉNÉFICIAIRE

- Document de synthèse confidentiel — propriété exclusive du bénéficiaire
- Plan d'action détaillé avec étapes, calendrier et ressources identifiées
- Cartographie des formations accessibles localement et à distance
- Attestation de réalisation du bilan (obligatoire pour le remboursement CPF)

CONFIDENTIALITÉ & DROITS DU BÉNÉFICIAIRE

Aucune information ne peut être transmise à l'employeur sans accord écrit du bénéficiaire.

Le document de synthèse est la propriété exclusive du bénéficiaire.