



Cap Phénix

Programme de réintégration au travail

Absences prolongées : un enjeu majeur

En Suisse, les absences de longue durée au travail pour cause de maladie ou d'accident sont en constante progression. Au-delà des coûts importants qu'elles engendrent pour l'économie, ces absences prolongées impactent fortement la productivité des entreprises et pèsent sur la santé mentale et physique des employés.



Malgré les efforts déployés par de nombreuses entreprises pour gérer les absences prolongées, celles-ci restent un véritable défi. Qu'elle soit due à une maladie, un accident ou toute autre cause, une incapacité de travail prolongée finit souvent par isoler et épuiser la personne concernée, aggravant les difficultés de réintégration.

Un coût considérable

L'absence prolongée pèse lourdement sur les entreprises, surtout dans un contexte marqué par une pénurie de main-d'œuvre. Les congés maladie, la baisse de productivité et la redistribution des tâches augmentent les coûts, tout en exerçant une pression supplémentaire sur les équipes restantes. Ces effets combinés fragilisent à la fois le climat de travail et la performance globale. Pour limiter ces impacts, il est essentiel de mettre en place des solutions efficaces qui favorisent une reprise durable.

Une réintégration pérenne

Afin de répondre à cette problématique, Corporate Health Services a créé un programme d'accompagnement spécifiquement dédié à la reprise en douceur et durable des collaborateurs en arrêt de travail depuis 30 jours ou plus : Cap Phénix. Il vise à faciliter une réintégration progressive au travail, à prévenir les rechutes et à donner les clés pour que la personne puisse évoluer sainement dans son environnement de travail.

Renaître de ses cendres

Cap Phénix est un espace de transition pour toute personne en arrêt de travail depuis minimum 30 jours. Tel un phare guidant les navigateurs, nous offrons un cadre sécurisant et bienveillant pour franchir les étapes vers un retour à l'activité professionnelle.



Cap Phénix est conçu en complément des prises en charge médicales et thérapeutiques.

Objectifs

Ce programme a pour objectif de préparer le participant à naviguer avec confiance et sérénité dans la reprise de son activité professionnelle à son poste antérieur ou ailleurs, en étant équipé d'outils solides pour maintenir le cap de l'équilibre et prévenir les risques de rechute. En instaurant un vent favorable, nous encourageons les participants à adopter une dynamique de reprise et une direction claire. Grâce à un suivi personnalisé, nous aidons chaque participant à retrouver le goût de naviguer sur les flots de la vie, pour avancer avec sérénité sur leur parcours.

Organisation

Cap Phénix combine ateliers structurés, suivis personnalisés et observations lors du travail à la ferme pour aborder les défis professionnels et personnels liés à l'épuisement professionnel.

Le programme dure six semaines durant lesquelles les participants doivent être présents 3 demi-journées par semaine (lundi, mercredi et vendredi). Pendant ces six semaines, les participants seront accompagnés par nos spécialistes à travers un soutien holistique, des activités variées et du travail à la ferme.

Témoignages

“

Un accompagnement très proche, où l'on peut vraiment tout exprimer. Je ressentais vraiment cet investissement de la part des accompagnatrices, au-delà de ce que l'on peut espérer. Elles n'étaient pas là juste pour faire leur travail, elles avaient vraiment cette volonté de nous aider. Ça m'a beaucoup touchée.

”

“

Quand on suit un thérapeute, on est toujours l'un face à l'autre. Comme dans ce programme on est en groupe, on se sent plus à l'aise pour s'exprimer, on a des échanges. On constate aussi que d'autres personnes vivent la même chose que nous, donc on se sent moins isolé, moins seul.

”

“

Ce programme m'a donné un élan pour augmenter mon taux de travail et m'a aidé à gagner en confiance. Maintenant, je peux aller de l'avant.

”

Les étapes

“

Ce que j'ai bien aimé, c'est de venir ici, d'avoir un autre rythme. J'avais l'impression d'être dans une bulle, coupée du monde. On pouvait prendre le temps de faire les choses, de discuter. Le travail à la ferme nous a offert l'opportunité de ralentir, de nous concentrer sur l'essentiel, sans la pression du rendement, simplement pour nous reconnecter à la nature et à son rythme. ”

Comprendre la maladie

L'objectif de cette étape est de sensibiliser les participants aux mécanismes de la maladie, aux conséquences physiques et psychologiques d'un accident, à l'importance de l'équilibre entre vie professionnelle et personnelle. À travers des ateliers théoriques, des discussions en groupe, et des techniques de gestion du stress et de relaxation, les participants acquièrent une meilleure compréhension de leur condition et des outils pour y faire face.

Reprendre une activité

Cette étape propose une réintroduction progressive à une activité physique douce dans un cadre agricole. L'objectif est d'améliorer la santé physique et mentale des participants grâce à des exercices adaptés à leurs capacités fonctionnelles. En extérieur, ces activités favorisent la confiance en soi, aident à gérer le stress et permettent de bénéficier des effets positifs de la nature.

Se projeter professionnellement

L'objectif ici est d'aider les participants à se projeter dans leur avenir professionnel en travaillant sur des projets de réinsertion ou de reconversion professionnelle. Grâce à une préparation au retour au travail, des réflexions sur le sens ainsi que la place que l'on donne au travail, et la mise en place de stratégies de gestion de la reprise professionnelle, les participants sont mieux équipés pour envisager leur futur avec sérénité et confiance.

Nos spécialistes

Nos accompagnatrices sont des professionnelles spécialisées dans l'accompagnement des personnes en réintégration professionnelle. Elles possèdent une expertise approfondie dans la gestion du stress, la prévention de l'épuisement professionnel et le soutien psychologique. Grâce à leur approche bienveillante et personnalisée, elles créent un environnement sécurisant et encourageant pour chaque participant.



Maéva Bernasconi

Psychologue FSP



Ljiljana Kostic

Spécialiste santé en
entreprise



Marion Bellino

Spécialiste santé en
entreprise

Un environnement ressourçant

Grâce au travail à la ferme et à une partie de l'enseignement en plein air, les participants bénéficient d'un environnement proche de la nature, entouré d'animaux et de paysages apaisants. Ce cadre naturel favorise la détente et le bien-être, offrant un espace idéal pour se reconnecter avec soi-même et retrouver l'équilibre nécessaire à une réintégration professionnelle réussie.



Nos valeurs

Confiance



Bienveillance



Efficacité



Nous nous tenons à votre disposition pour tout complément d'information.

info@corporatehealthservices.ch

www.corporatehealthservices.ch



Ensemble
les chemins
se dessinent.

