



## Sabine COMMET PUCHEU

### Consultante en Qualité de Vie au Travail et en Management Responsable

06 79 91 97 28

[pucheusabine@gmail.com](mailto:pucheusabine@gmail.com)

#### > Domaines d'intervention

- >> Qualité de Vie au Travail.
- >> Management bienveillant et responsable.
- >> Bien-être au travail, à la prévention des TMS et RPS, gestion des conflits, Intelligence émotionnelle, communication bienveillante ...
- >> Cohésion d'équipe, sentiment d'appartenance et reconnaissance.

#### > Compétences

- >> Conseils dans la mise en place d'actions et de projets bien-être au travail et santé des salariés dans le cadre de la QVT.
- >> Formation des managers à l'intelligence émotionnelle, à la communication bienveillante, former et animer des ateliers de co-construction.
- >> Conférences sur le bien-être au travail, organisation et animations d'ateliers santé, formation gestion du stress, adéquation vie professionnelle et vie personnelle...
- >> Organisation et animation de journée de Cohésion d'équipe.

#### > Parcours

- Accompagnement des entreprises et des collectivités dans la prévention de la santé des salariés.
- Valorisation du capital social.
- Accompagnement et soutien managérial.

Après une formation universitaire en Neurosciences Comportementales et Cognitives et en Psychologie et Sciences de l'Education, j'ai démarré ma vie professionnelle comme conseillère en insertion professionnelle en 1999 pour ensuite partir sur un poste de manager en 2005. Cela fait maintenant 14 ans que j'encadre une centaine de collaborateurs à la Direction de l'Education de la Mairie de Bordeaux. Ma mission d'encadrement d'équipes et l'évolution des conditions de travail m'ont amenée à m'interroger sur la place de l'humain dans nos organisations. **Comment maintenir la motivation et l'engagement au travail pour maintenir une qualité de service ?** Mon parcours personnel et ma sensibilité m'ont naturellement orientée vers la prise en compte du Bien-Etre au Travail, de la santé de mes collaborateurs et l'accompagnement des managers de proximité vers un management responsable et bienveillant. En parallèle, je me suis formée à la PNL (Programmation Neuro Linguistique) et accompagne individuellement des personnes qui souhaitent mettre en place dans leur vie des stratégies de réussite.

#### > Démarche

Les conditions de travail ont un impact fort sur la santé des salariés, sur le bien-être au travail. Les conditions de travail vont conditionner le taux d'absentéisme, le nombre de restrictions médicales sur un poste de travail, l'apparition de l'épuisement et/ou de l'ennui au travail et par conséquent impacter la performance de l'entreprise, la qualité du travail. L'amélioration de la Qualité de Vie au travail, en passant par la valorisation du capital social et l'accompagnement des managers va allier Bien-Etre au travail et Performance. Grâce à mon expérience, mes formations, je vous propose un programme d'accompagnement et de formation sur mesure prenant en compte les spécificités de chaque métier et de chaque organisation, je vous conseille et nous construisons ensemble. Les actions proposées s'intéressent au salarié, au manager ou à une équipe avec son responsable, l'Etre Humain doit être au cœur du projet. La démarche de Prévention construite a pour objectif premier de rendre chaque salarié autonome dans sa prévention et dans son bien-être au travail.

Les Actionneur.e.s est un collectif de consultant.e.s au sein de Co-actions, coopérative d'entrepreneur.e.s solidaires, bénéficiant à la fois de la dynamique collective et de la liberté d'entreprendre !

<http://co-actions.coop/nos-metiers/ingenierie-ess/> [lesactionneur.e.s@co-actions.coop](mailto:lesactionneur.e.s@co-actions.coop)

Consultante en Qualité de Vie au Travail et en management responsable.

## > Formations

2018 : Praticienne PNL

2017 : Intelligence Emotionnelle

2015 : Prévention des TMS

1998 : DEA Psychologie et Science de l'Éducation

1997 : Maîtrise Neurosciences Comportementales et Cognitives.

## > Un peu plus...

Méditation de pleine conscience, développement personnel, sport, yoga, lecture, passionnée de Neurosciences et Physique Quantique.

« La folie c'est de toujours faire la même chose et de s'attendre à un résultat différent » A. Einstein.

## > Références en accompagnement

**Mairie de Bordeaux** : Pilotage d'un projet « Prévention des TMS, amélioration de la Qualité de Vie au Travail » 1000 agents techniques bénéficiaires.

**Salon Préventica** : Conférence « prévention des TMS »

**Bordeaux Métropole** : Conférence sur le Bien-Être au travail lors de la journée « Des escaliers pour la santé ». :

**SAM Volley Ball** : préparation mentale d'une équipe féminine de Volley en championnat national.

**Accompagnement Individuel** : guider et conseiller des personnes dans la mise en place de stratégies de réussite, libérer des émotions négatives, gérer le stress, passer des situations personnelles difficiles ...

## > Références en formation

**Capform** : ateliers santé, organisation de journée de sensibilisation à la QVT

**Mairie de Bordeaux** : Journée de Cohésion d'équipe.

**Prix Territoria** : 2016 - 2<sup>ème</sup> prix (Territoria d'Argent) de l'Innovation Territoriale dans la catégorie « Qualité de Vie au Travail »

**Fabrique Territoire Santé** : lauréate du concours 2019 « Santé – Ecole »

## + de références

[Site Co-actions](#)

[Site Préventica](#)

[Site Fabrique Territoire Santé](#)

