

Comment veiller à l'équilibre numérique de vos collaborateurs ?



Olivier Viot
olivierviot.com

Performance

Déconnexion

Education



Qui suis je ?

Performance
Déconnexion
Education

Je suis “**éveilleur de conscience**”

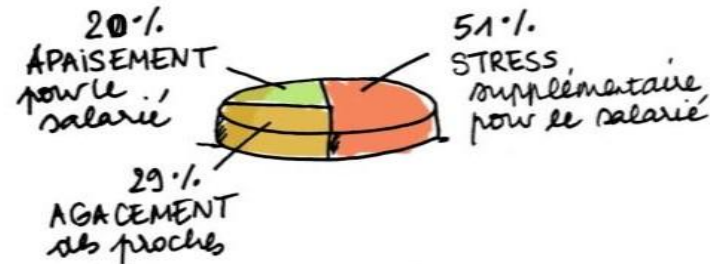
Il y a 4 ans, j’ai décidé de suivre mon coeur. Là j’ai effectué un virage à 180°.
Avec passion, conviction et inspiration, j’ai créé mon entreprise.

Commercial durant 18 ans, acteur dans de grands groupes, diplômé de l’ISC Paris, je mets aujourd’hui mes apprentissages, mon savoir-être et ma passion au service des collaborateurs et de leur Entreprise.

Outils numériques et bien être

Les conséquences perçues de la possibilité d'avoir un accès permanent et simplifié aux outils de communication professionnelle

Question : La possibilité d'un accès permanent et simplifié aux outils de communication professionnelle (emails, téléphone, sms, ...) y compris en dehors du temps de travail est-il selon vous plutôt une source ... ?



Quels sont les risques pour l'Entreprise ?

Performance

Déconnexion

Education

Le “numérique” touche chaque pan de notre vie, chaque minute de notre quotidien. La présence invasive et l’usage compulsif de nos outils numériques, notre incapacité à nous en affranchir peut être à l’origine de manifestations inquiétantes en entreprise :

- Risques psychosociaux
- Communication interpersonnelle dégradée
- Burn out
- Porosité vie pro/ vie perso
- Surcharge cognitive
- Désengagement
- Perte de sens
- Absentéisme
- Départ de l’entreprise
- Baisse de l’efficacité au travail
- Moindre attractivité de l’entreprise - marque employeur

Quels sont les enjeux ?



- Redonner du sens à nos actions
- Augmenter la performance individuelle du travail
- Prendre soin de soi et faire éclore le savoir-être
- Engager et fidéliser les collaborateurs en les rendant acteurs de leur santé

L'Écologie du soi



Ma promesse innovante est d'élever les niveaux de conscience de chacun des collaborateurs en posant en chacun d'eux une graine fertile au travers d'une expérience émotionnelle puissante et d'un discours engagé.

Avoir des clés de compréhension de ses usages numériques, des réponses concrètes et aussi de repartir avec des questionnements personnels, bienveillants et humanistes, sur nos choix donc nos actions.

Performance

Déconnexion

Education

Les bénéfices pour vos collaborateurs

1. Prise de conscience immédiate
2. Se donner du choix et se responsabiliser
3. Changer notre rapport à soi et à “l’autre”
4. Se libérer de la pression numérique
5. Se questionner

boîte à outils et modalités



Ma démarche passe par le partage de 3 ans de recherche et d'innovation, par le dialogue, les conseils, l'interaction, le faire-vivre. L'approche est rassurante, dénuée de jugement, non stigmatisante et profondément bienveillante et soyez rassurée “ça remue !”

Conférence Atelier : Vivre une expérience émotionnelle- sensibilisation et prise de conscience
- 8/15 personnes - 90mn

Conférence : 30 personnes minimum - Vivre une expérience émotionnelle - information et sensibilisation aux usages numériques - 120mn

Groupe de parole et de partage - 8/10 personnes - 90mn

Table ronde - 10-12 personnes - 90mn

Les différents formats d'interventions peuvent être combinés selon vos besoins et co-construits.

Performance

Déconnexion

Education

Témoignage client

“Merci **Olivier VIOT** pour votre intervention auprès des dirigeants de nos entreprises étudiantes. Des prises de conscience ont déjà commencé à poindre et c’est déjà un grand pas pour leur avenir professionnel.”

“Ils ne savaient pas que c’était impossible, alors ils l’ont fait.” Mark Twain

..Ils ne savaient pas que c’était impossible, alors ils l’ont fait.. Mark Twain



Mes références



Harmonie
mutuelle

GRUPE **vyv**

AVANÇONS *collectif*

