





"Le quotidien nous éloigne de l'essentiel, notre civilisation de consommation ne nous en rapproche pas. Travailler pour consommer, un cycle infernal (...) où la sublime beauté de la vie n'est pas prise en compte.

Le sujet c'est l'homme, dans la plénitude de ses facultés encore en latence, qui ne demande qu'à s'épanouir "

Charlotte Perriand, 1997



Cadre de sécurité

NON JUGEMENT

PRESENCE

PARITE

AUDACE – CREATIVITE – CURIOSITE

LIBERTE

PLAISIR



Lignes de conduite

- Respect du temps dans les exercices / ateliers = 1 maître du temps
- Se concentrer
- Sans censure
- En vrac
- Honnêteté / Transparence avec soi



QUI

Sommes-nous

?



Faisons connaissance



- Ou habitez-vous ?
- Quel âge avez-vous ?
- Des enfants ? Des animaux ?
- Un centre d'intérêt ? Une passion ? Ce que vous aimez faire ?
- Quel est votre musique préférée, ou repas, ou livre ?
- Votre rôle aux Orchidées de Croix et depuis combien de temps ?
- Un bon souvenir au travail ?



POUR QUOI

Sommes-nous réunis

?



Un projet de

Qualité de VIE

au Travail



BRAINSTORMING

En vrac

Sans censure

Tout ce qui vous passe par la tête





ENSEMBLE

?



Ensemble



Représentant de chaque fonction

Chacun est fédérateur et contributeur d'un projet commun

La Qualité de Vie au Travail est l'affaire de tous



4 JOURS
de cheminement personnel et collectif

- Ouverture d'esprit
 - Initiations
- Expérimentations

*pour écrire un projet QVT
propre aux Orchidées de Croix*

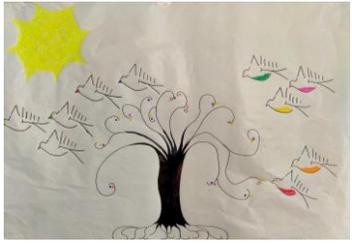


- Un livret
- Les échos, la résonnance
- Situations, cas, exemples
 - Vos ressources
- Vos réflexions, vos idées





QUELQUES POSTULATS



L'Homme est
par principe
fondamentalement bon



Nous avons tous la
même valeur humaine

Il existe une hiérarchie de
compétences pas de hiérarchie
de pouvoir



Nous avons
le droit à l'erreur



Les difficultés sont
des opportunités
d'évolution



L'homme est évolutif



Nous ne pouvons pas toujours
choisir

les événements de la vie,

Mais nous pouvons toujours
choisir notre attitude



REGARDER

ECOUTER

TOUCHER

SENTIR

GOUTER



*Un texte pour
commencer*



Les tailleurs de pierres

Sur le chantier d'une cathédrale, un architecte voulait comprendre pourquoi les performances des ouvriers étaient pour les mêmes tâches très inégales.

Le premier ouvrier qu'il rencontra entassait des pierres les unes sur les autres et les collait avec du mortier. Le mur qu'il bâtissait était de guingois et le travail n'avancait pas vite.

« – Qu'es-tu en train de faire ? lui demanda l'architecte.

– Vous ne le voyez pas ? lui répondit l'autre peu aimablement, j'entasse des pierres les unes sur les autres pour gagner ma croûte ».

Le deuxième ouvrier allait un peu plus vite et le mur qu'il montait était assez droit.

L'architecte lui posa la même question.

« Hé bien, comme vous le voyez, je suis en train de bâtir un mur selon les instructions de mon contremaître. »

Il s'approcha alors du troisième qui semblait heureux, voire radieux. Nulle trace de fatigue ne se lisait sur son visage alors qu'il taillait une pierre avec exactement les mêmes outils et la même technique que les deux autres. Son travail était bien meilleur que les précédents et avançait à un rythme soutenu.

Quand notre homme lui demanda ce qu'il était en train de faire, l'homme lui répondit avec un large et lumineux sourire :

« **Je participe à la construction d'une magnifique cathédrale,** répondit-il à l'architecte. »

3 groupes
15 mn



Ensemble vous réalisez une
« fresque » pour illustrer le texte des
cathédrales.

Ce qu'il signifie ?

Ce que vous comprenez ?

1 règle :

Pas de « MOTS »

Seulement des dessins
ou des découpages

Cet atelier n'est
pas noté ! Toutes les idées,
même les plus farfelues,
sont bienvenues...

Présentation

15mn + 10 mn



Un rapporteur explique et raconte l'affiche

Ensuite : questions, réactions, échos...





Enseignements ?

A vous





Autre question ?

*Comment vous
êtes-vous
sentis ...*

En groupe

Regard des autres ?

Intérêt ? Implication ?





Une illustration...

Je vous emmène

en...





France

Les Amériques



Cap
Bateau solide et sécure
Où chacun prendra sa place

Brief de la route
Cap – Balises – Parcours
Règles de conduite

Le capitaine embarque l'équipage,
dans la confiance en chacun et
pour le projet

Pendant la navigation
Chaque poste est indispensable.
Chacun occupe pleinement le sien,
dans la confiance et la présence :
Adaptation, Concentration,
Essentiel,

Dans la bonne humeur



LEUR PROJET



PRESENCE
Bien vivre son
quotidien
ETRE HEUREUX

LE CAP
Savoir où on va et
comment
TROUVER LE SENS



COMPETENCES
Faire preuve de ses
qualités et talents
LIVRER
LE MEILLEUR DE SOI

AUTONOMIE
Assumer pleinement
son rôle
OCCUPER SA PLACE

ENSEMBLE
Nous avons tous notre
rôle à jouer
UNE EQUIPE FEDEREE

Et si C'était juste un projet QVT ?



ETRE BIEN
(heureux)

Bien vivre son
quotidien

ETRE AU

MEILLEUR DE SOI

Faire preuve de ses
qualités et talents

TROUVER DU SENS

Savoir où va-t-on et
pour quoi

BIEN ÊTRE
pour
BIEN SOIGNER

OCCUPER SA PLACE

Assumer pleinement
son rôle en autonomie

UNE EQUIPE FEDEREE

Embarquée et
contributive

CE QUE NOUS ALLONS FAIRE ENSEMBLE



Cap
Bateau solide et sécure
Où chacun prendra sa place

Brief de la route
Cap – Balises – Parcours
Règles de conduite

Le capitaine embarque
l'équipage dans le projet
chacun a son rôle

Pendant la navigation
Chacun occupe pleinement son
poste
Dans la confiance et la présence
Adaptation, Concentration,
Essentiel,

Dans la bonne humeur





BOUSSOLE

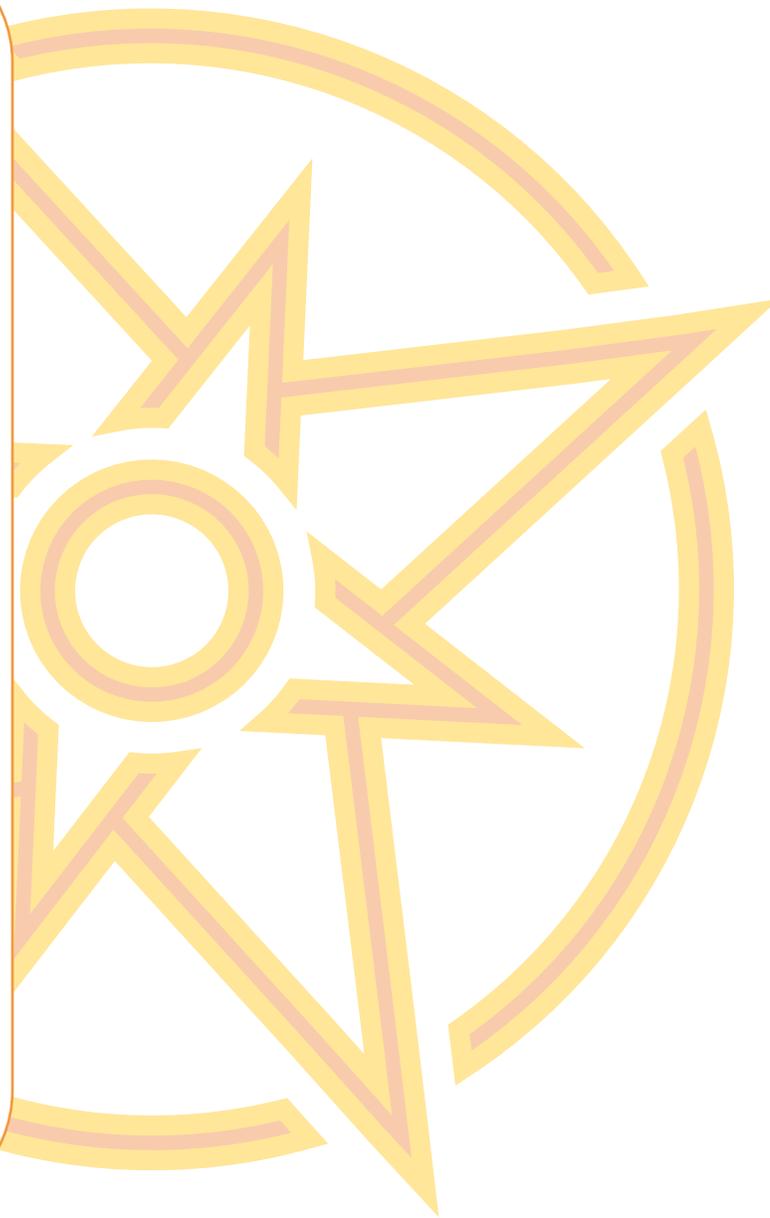
Le fil conducteur

L'axe central du projet sur lequel chacun individuellement et collectivement pourra se repérer pour avancer **ENSEMBLE** vers une bonne qualité de vie au travail

CAP

Repères

Lignes conductrices (ou principes de fonctionnement)





BIEN AU TRAVAIL

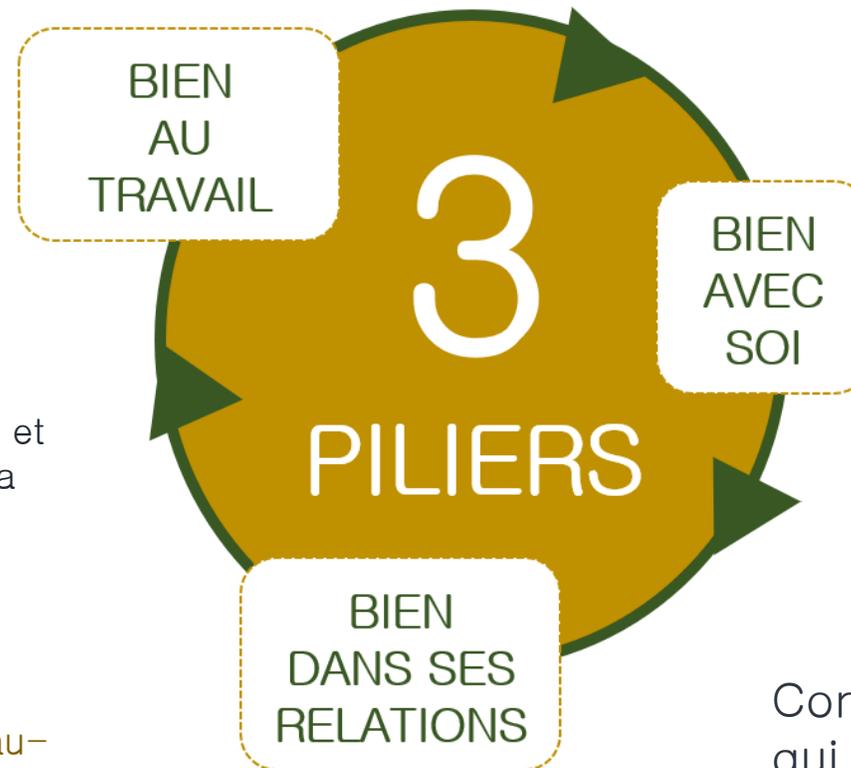
Nous sommes embarqués dans un projet commun, sécure, qui donne envie.

- Un projet, une intention
- Des valeurs, des repères
- Une ligne conductrice

BIEN DANS SES RELATIONS

Etre reconnu – Se faire connaître et découvrir les autres – Accorder la place

- Comprendre les schémas relationnels
- Savoir exprimer qui je suis
- Ecouter et découvrir l'autre au-delà des apparences
- Comprendre les métiers des autres

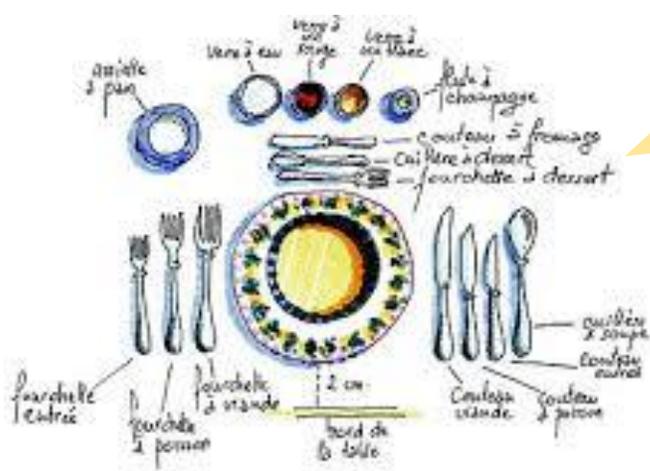


BIEN AVEC SOI

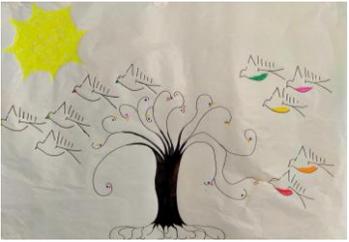
Confiance – Estime de soi .
Etre reconnue en tant que sujet.
Occuper sa place

- Se connaître
- Comprendre nos fonctionnements
- Etre maître de qui je suis

Concomitance d'actions multiples qui petit à petit autorisent une transformation d'un système
Tous les jours...un petit peu...



pour un déjeuner : serviette pliée, de l'assiette.
pour un dîner : pliée à gauche de l'assiette et des couverts.



« Le jour où les membres d'une équipe croient qu'ils ont la capacité de réaliser des objectifs exigeants et le talent pour y parvenir, l'ascension est foudroyante.

Lorsque les membres d'une équipe désirent et rêvent ensemble, ils font arriver l'impossible.

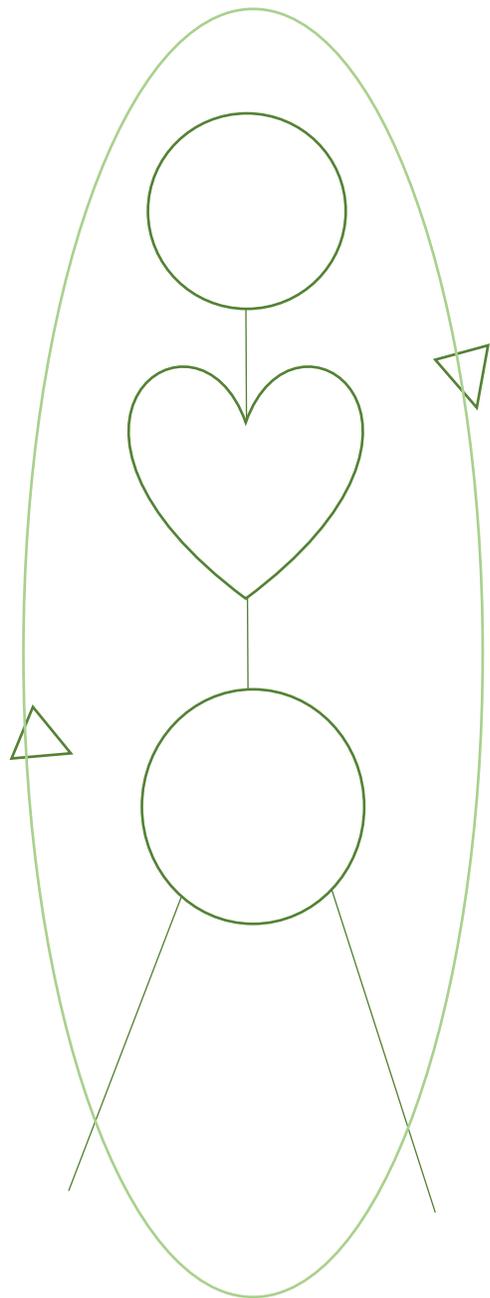
Et surtout, ils prennent plaisir à le faire ».

Gendreau





*Un instant
à soi*



MENTAL

Réflexion – Observations

EMOTIONS

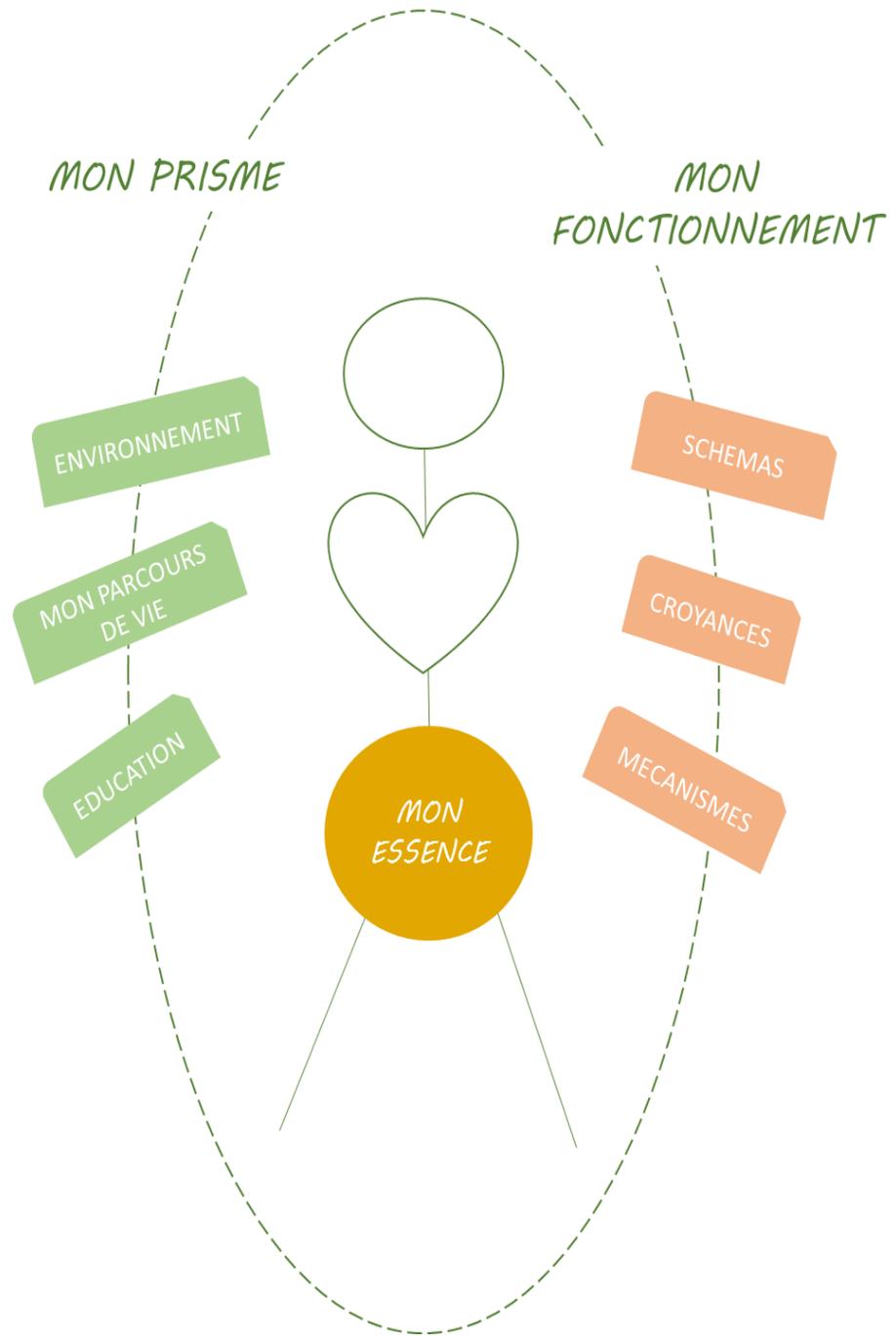
Sensations – Vibrations

ESSENCE

Qualités – Forces
Talents – Difficultés
Aspirations – Besoins – Envies
Racines des émotions

ACTIONS

Mouvement – Energie de vie





*Nos qualités
ont besoin
d'être vécues*



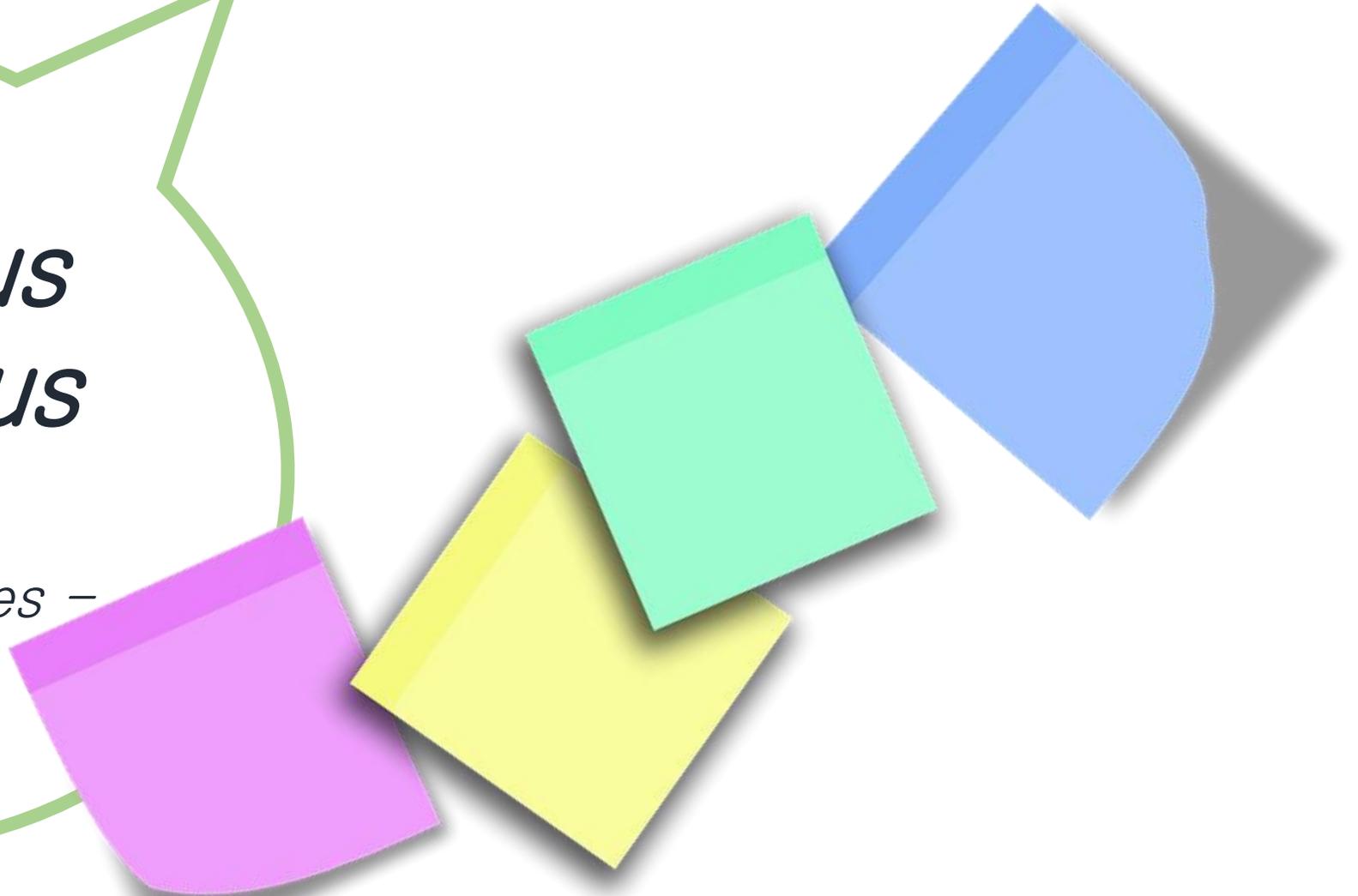
Exercice 2 par 2

2 par 2
7 minutes



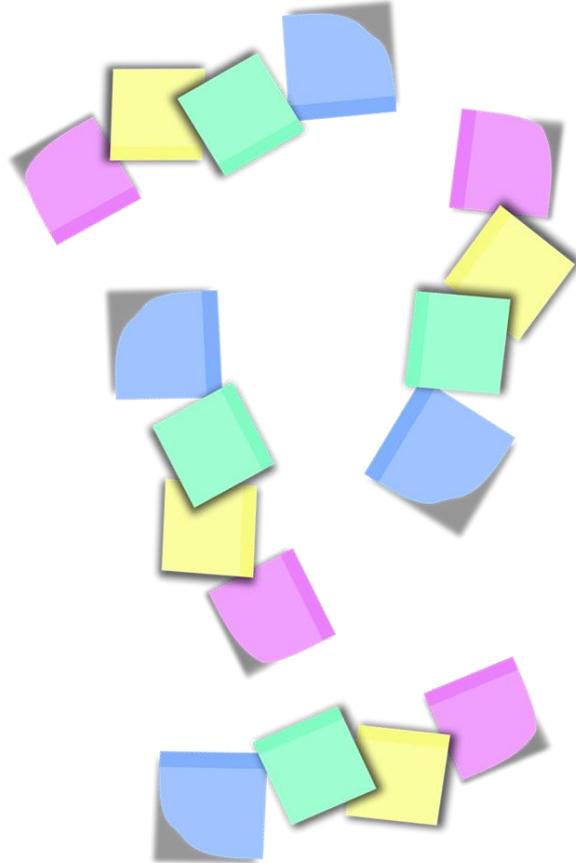
*Quand vous
sentez-vous
bien ?*

*Conditions intérieures –
extérieures*





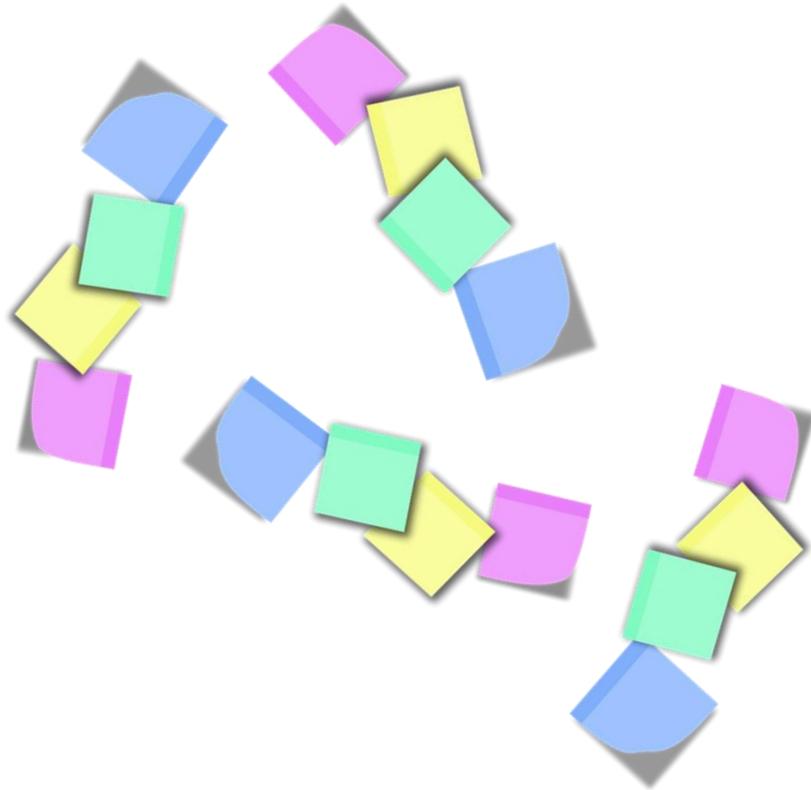
*Quand vous sentez-vous bien ?
Conditions intérieures – extérieures*



On rassemble les idées



*Quand vous sentez-vous bien ?
Conditions intérieures – extérieures*





Je me sens bien Quand...

Lieu sécurisé

Estime de soi (confiance)

Accomplissement

Moment présent

Liberté intérieure – Libre arbitre

Environnement – Climat –

Ccalme – Nature

Besoins primaires comblés

Relations (ambiance / en lien /

Faire du plaisir)



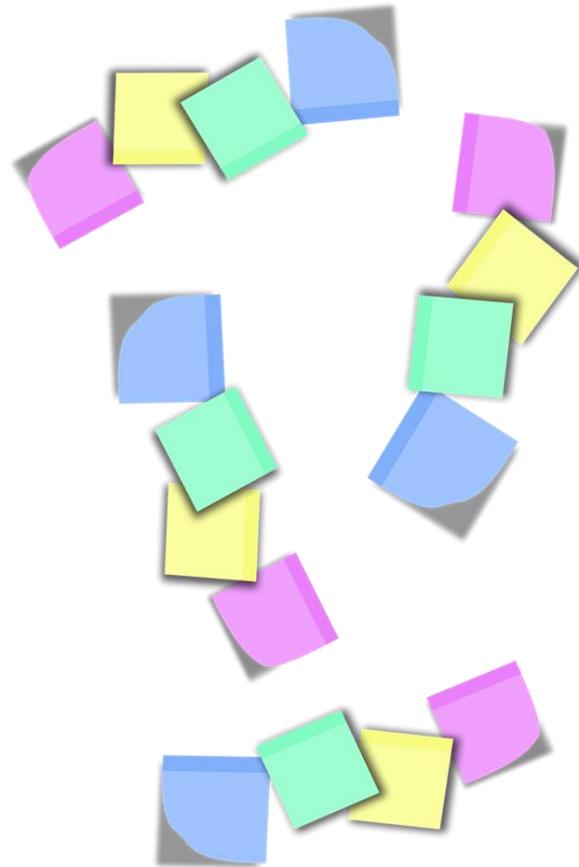
2 par 2
7 minutes

*Quand vous vous sentez bien, de
quelles qualités
faites vous profiter
?*

Restitution



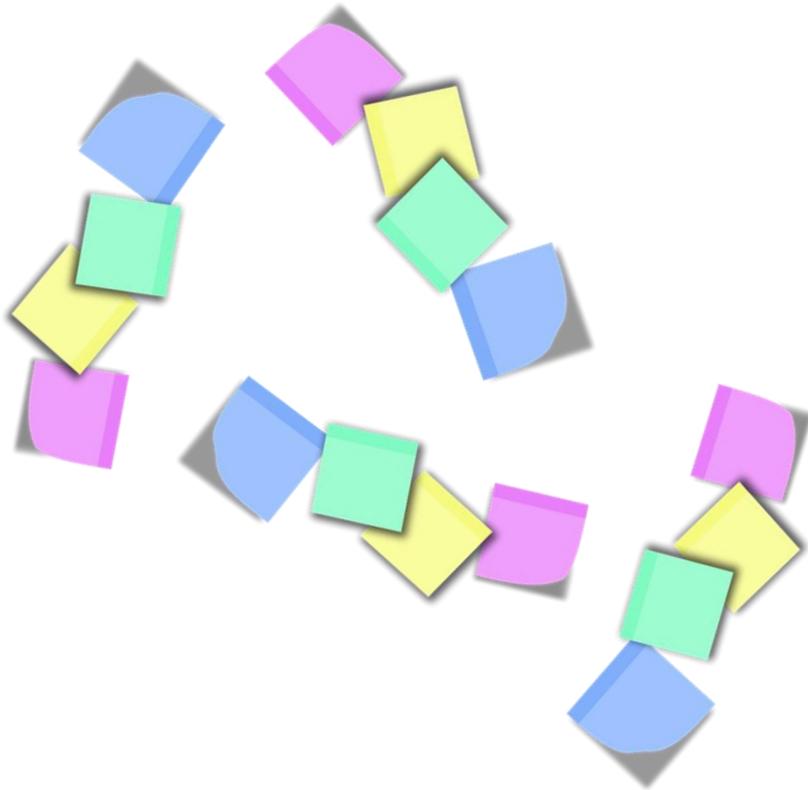
*Quand vous vous sentez bien, de
quelles qualités faites vous profiter ?*



On rassemble les idées



*Quand vous vous sentez bien, de
quelles qualités faites vous profiter ?*





Quand je suis bien, je suis ...
Ou je fais preuve de ...

Disponibilité

Humanité

Positivisme

Enthousiasme

Engagement

Bienveillance

Tolérance

Efficacité

Authenticité

Plaisir

Dépassement de soi



Nous avons tous ces qualités
Nous pouvons les
transmettre
Elles nous permettent de
vivre une bonne QVT

Quand je suis bien, je suis ...
Ou je fais preuve de ...

Calme

Courage – Energie – Dynamisme

Générosité – Empathie – Gentillesse –
Bienveillance

Créativité

Tolérance – Adaptabilité - Serviabilité

Patience- Ecoute – Disponibilité

Amabilité

Réactivité – Efficacité –Productivité – Efficience

Positivité

Leadership – Capacité à fédérer – Cohésion

Initiatives – Entrepreneuriat

Ouverture d'esprit

Chaleur humaine – Humour – Sourire

Echange -



Je me sens bien quand

Estime de MOI – Accomplissement – Utilité
Reconnaissance – Regard positif – Sourire – Salaire – Compliments
– Cadeaux (dons)
Environnement – Calme – Climat – Nature –Soleil
Bonne santé
S’occuper de soi - Recentrage- Repos – Sport – S’écouter – Soins
du corps – Massage - Douceur
Satisfaction du travail – de la tâche bien accomplie (ménage) –
Réussite professionnelle
Relations – Partage – Ambiance – Respect – Moments conviviaux
Quand on fait plaisir – Contacts (animal) – Famille – Amis –
Enfants heureux
Sécurité – Planification – Honnêteté – Sans masque



Enseignements ?

A vous







Nous avons tous ces qualités
Nous pouvons les
transmettre
Elles nous permettent de
vivre une bonne QVT

Quand je suis bien, je suis ...
Ou je fais preuve de ...

Calme

Courage – Energie – Dynamisme

Générosité – Empathie – Gentillesse –
Bienveillance

Créativité

Tolérance – Adaptabilité - Serviabilité

Patience- Ecoute – Disponibilité

Amabilité

Réactivité – Efficacité –Productivité – Efficience

Positivité

Leadership – Capacité à fédérer – Cohésion

Initiatives – Entrepreneuriat

Ouverture d'esprit

Chaleur humaine – Humour – Sourire

Echange -



Je me sens bien quand

Estime de MOI – Accomplissement – Utilité
Reconnaissance – Regard positif – Sourire – Salaire – Compliments
– Cadeaux (dons)
Environnement – Calme – Climat – Nature –Soleil
Bonne santé
S'occuper de soi - Recentrage- Repos – Sport – S'écouter – Soins
du corps – Massage - Douceur
Satisfaction du travail – de la tâche bien accomplie (ménage) –
Réussite professionnelle
Relations – Partage – Ambiance – Respect – Moments conviviaux
Quand on fait plaisir – Contacts (animal) – Famille – Amis –
Enfants heureux
Sécurité – Planification – Honnêteté – Sans masque



Une fois que les besoins
primaires sont assouvis
et que nous sommes en sécurité

De quoi avons-nous
essentiellement besoin pour
nous sentir bien ?



*Le bonheur serait-il avant
tout un état d'être ?*

CHEZ SOI



EN ENTREPRISE







Quelle est
notre
boussole ?



C'est parti pour un
petit voyage dans le
temps ...



Nous sommes ...
Le 22 février 2025

Aux infos, cette
semaine là...



Les résultats d'une
enquête nationale sur les
maisons d'accueil et de
soins pour les personnes
âgées, portant sur le
critère...



de la Qualité de Vie au Travail



Nombreuses sont les
résidences ayant obtenu
des résultats assez
corrects

Soit dans la moyenne de
13 à 16 / 20



Cependant, une seule se
détache des autres ...
Elle est positionnée
1^{ère} bien au-delà.



On peut parler de mention
TRES BIEN
La moyenne se
positionnant à 19 / 20





LES ORCHIDEES DE CROIX



Elle entre dans le classement « QVTIndex / AtWork 2025 des entreprises où les salariés sont les plus heureux, et entre dans le classement des tops telles que Décathlon, Leroy Merlin et Cie !



Les Orchidées de Croix est citée en référence dans les salons de la SILVER ECONOMIE

Dans les écoles médicales et paramédicales, on suggère aux étudiants d'y faire des stages

Des journalistes viennent interviewer les équipes à la sortie de leur mission.



Dans la presse spécialisée, nous trouvons
quelques jours après,
un reportage de quelques témoins ...



Stéphanie

Jean-Baptiste

Corinne

Jean D.

Maria Ri.

Christelle

Céline Gr.

Jean B.

Maria Ro.

Céline Go.

Sandra

Laurence

Magali



Ils ont tous répondu à la
même question

QU'AVEZ-VOUS CREE ?
Quelle est cette qualité de
vie au travail ???



QU'AVEZ-VOUS CREE ?

10 minutes

Notes en vrac

QUELLE QUALITE DE VIE AU TRAVAIL AVEZ-VOUS CREEE ?

Autorisez vous de rêver, dans tous les registres,
d'imaginer l'idéal, sans contrainte externe, sans
vous arrêter aux obstacles ou difficultés de
réalisation...

Temps 1 : Tour de table

30 mn



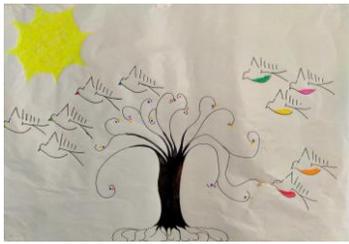
+++

Toutes les idées sont
bonnes et potentiellement
intéressantes.
Pas de jugement de valeur.

Seules sont autorisées les
demandes de clarification

A vous ...

*Quelle est votre vision
d'un EHPAD où la qualité
de vie au travail est la
meilleure ? Les
caractéristiques ?*



Temps 2 : Et si on allait + loin ?

+++

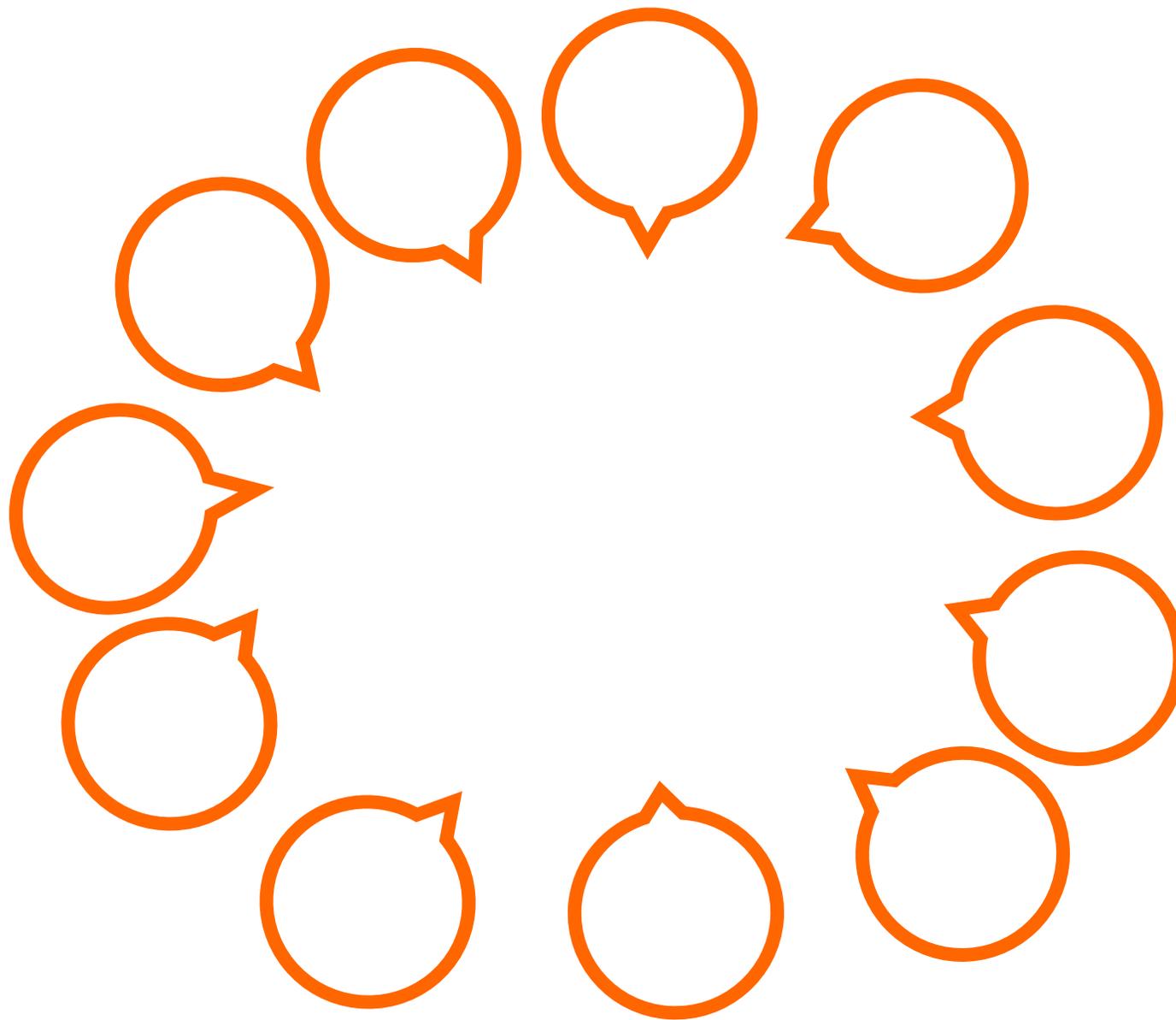
On pousse les idées,
On les enrichit...
... jusqu'à épuisement !

A VOUS ...



Tour de chaises

A VOUS ...





BRAVO !!

&

MERCI !!!!!





Tu peux avoir des défauts, être anxieux et parfois irrité, mais n'oublie pas que ta vie est la plus grande société dans le monde et toi seul peux en empêcher le déclin. Beaucoup de gens t'apprécient, t'admirent et t'aiment. J'aimerais que tu te rappelles qu'être heureux ce n'est pas avoir un ciel sans tempête, une route sans accident de la circulation, un travail sans fatigue, relations sans désillusions.

Être heureux c'est trouver la force dans le pardon, l'espoir dans les batailles, la sécurité sur la scène de la peur, l'amour dans les désaccords.

Être heureux ce n'est pas seulement apprécier le sourire, mais aussi réfléchir sur la tristesse.

Ce n'est pas seulement célébrer la réussite, mais apprendre les leçons des échecs.

Ce n'est pas seulement se sentir heureux avec des applaudissements mais être heureux dans l'anonymat.

Être heureux c'est reconnaître que la vie vaut la peine d'être vécue, malgré tous les défis, les malentendus et les périodes de crise.

Être heureux n'est pas une fatalité du destin, mais une victoire pour ceux qui sont capables de voyager dans leur être.

Être heureux c'est cesser de se sentir victime des problèmes et devenir un acteur de sa propre histoire.

C'est traverser les déserts en dehors de soi, mais être capable de trouver une oasis dans les recoins de notre âme .

C'est remercier Dieu chaque matin pour le miracle de la vie.

Être heureux c'est ne pas avoir peur de ses sentiments.

C'est savoir parler de soi. C'est avoir le courage d'entendre un «non» . C'est se sentir confiant de recevoir une critique, bien qu'injuste.

C'est embrasser les enfants, choyer les parents, vivre des moments poétiques avec des amis, même s'ils nous blessent.

Être heureux c'est laisser vivre la créature qui vit en chacun de nous, libre, joyeuse et simple .

C'est avoir la maturité nécessaire pour dire: "je me suis trompé".

C'est avoir le courage de dire: "Pardonne-moi" .

C'est avoir la sensibilité pour dire: «J'ai besoin de toi",

C'est avoir la capacité de dire: "Je t'aime"

Que ta vie devienne un jardin d'occasions d'être heureux . Que dans tes printemps tu sois amante de la joie. Que dans tes hivers tu sois ami de la sagesse. Et que quand tu te trompes de route, tu recommences à zéro. Comme ça tu seras plus passionné pour la vie. Et tu découvriras qu'être heureux ce n'est pas avoir une vie parfaite. Mais user les larmes pour irriguer la tolérance.

Utiliser les pertes pour aiguiser la patience. Utiliser les erreurs pour sculpter la sérénité. Utiliser la douleur pour lapider le plaisir. Utiliser les obstacles pour ouvrir les fenêtres de l'intelligence. Ne jamais se rendre. ..Ne jamais renoncer, donner à ceux que tu aimes. Ne jamais renoncer au bonheur, car la vie est un spectacle incroyable!

Cadre de sécurité



NON JUGEMENT

PRESENCE

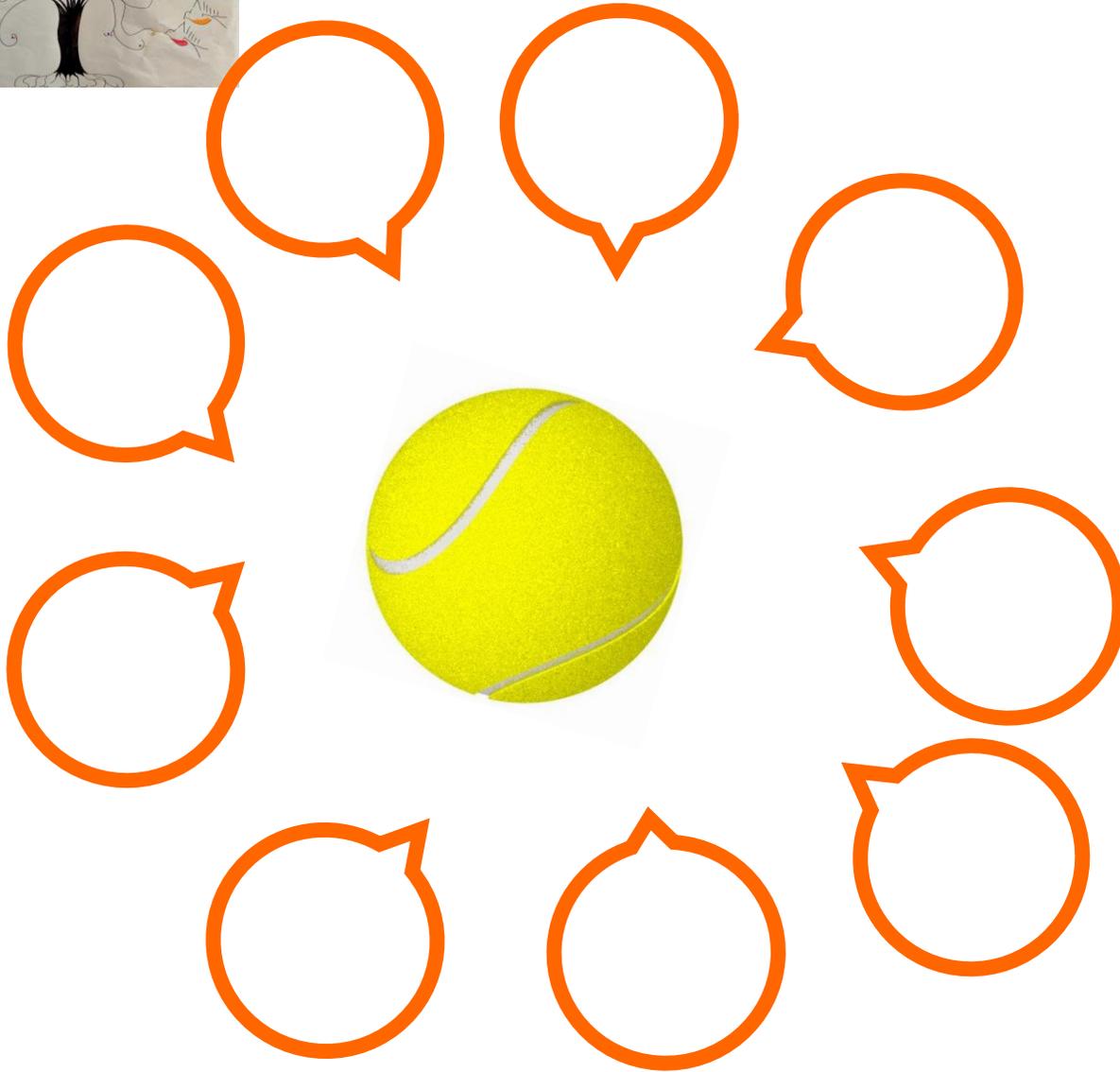
PARITE

AUDACE – CREATIVITE – CURIOSITE

LIBERTE

PLAISIR

Tour de chaises



- Quelle est votre météo du jour ?
- Envie de partager une réflexion / hier ?
- Quelle Qualité de Vie au Travail hier ?
- Dans quelles conditions avez-vous envie de passer la journée ?



Remettons-nous

en

LIEN

2 par 2, 5 mn chacun



*Je raconte un
fait important
de ma vie dont
je suis fière*

*J'écoute et
entends...*



Seul... 5 minutes

*Je note les ressources dont a fait
preuve mon partenaire lors de
l'évènement qu'il m'a raconté :*

*Qualités, Forces, Compétences,
talents...*

A noter en vrac

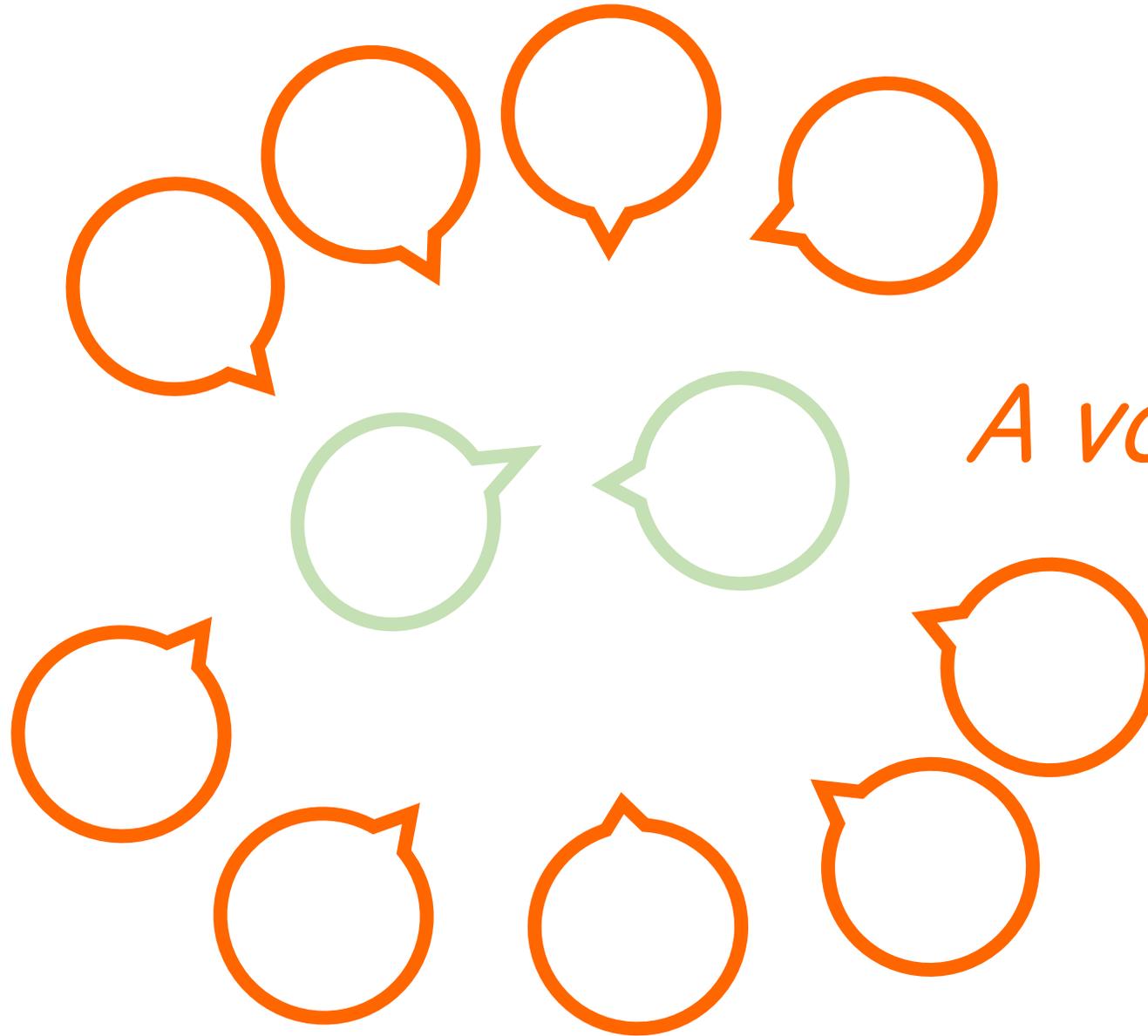


SINCERITE
COURAGE
BIENVEILLANCE
GENEROSITE
PASSIONNE
GENTILLESSE
CREATIVITE
HEUREUSE
EMPATHIE
ENTREPRENEURIAT
AUTENTICITE
ORGANISATION
FEDERATEUR
SENSIBILITE
DETERMINATION
AGACEMENT
PATIENCE

ADAPTABILITE
OUVERTURE
ALTRUISME
CREATIVITE
AUDACE
TOLERANCE
ENTRAIDE
ECOUTE
HUMANITE
RECONNAISSANCE
COURAGE
TEMERITE
AVENTURIER
VALORISATION DE L'AUTRE
CONVIVIALITE
SENSIBILITE
ESPRIT FEDERATEUR

TOUTES CES QUALITES SONT ICI.
ELLES REPRESENTENT UN TRESOR QUE
VOUS POSSEDEZ SUR LEQUEL VOUS
POUVEZ VOUS APPUYER VOUS
DEVELOPPER VOS PROJETS ET AVANCER
VERS VOS ENVIES LES PLUS FORTES

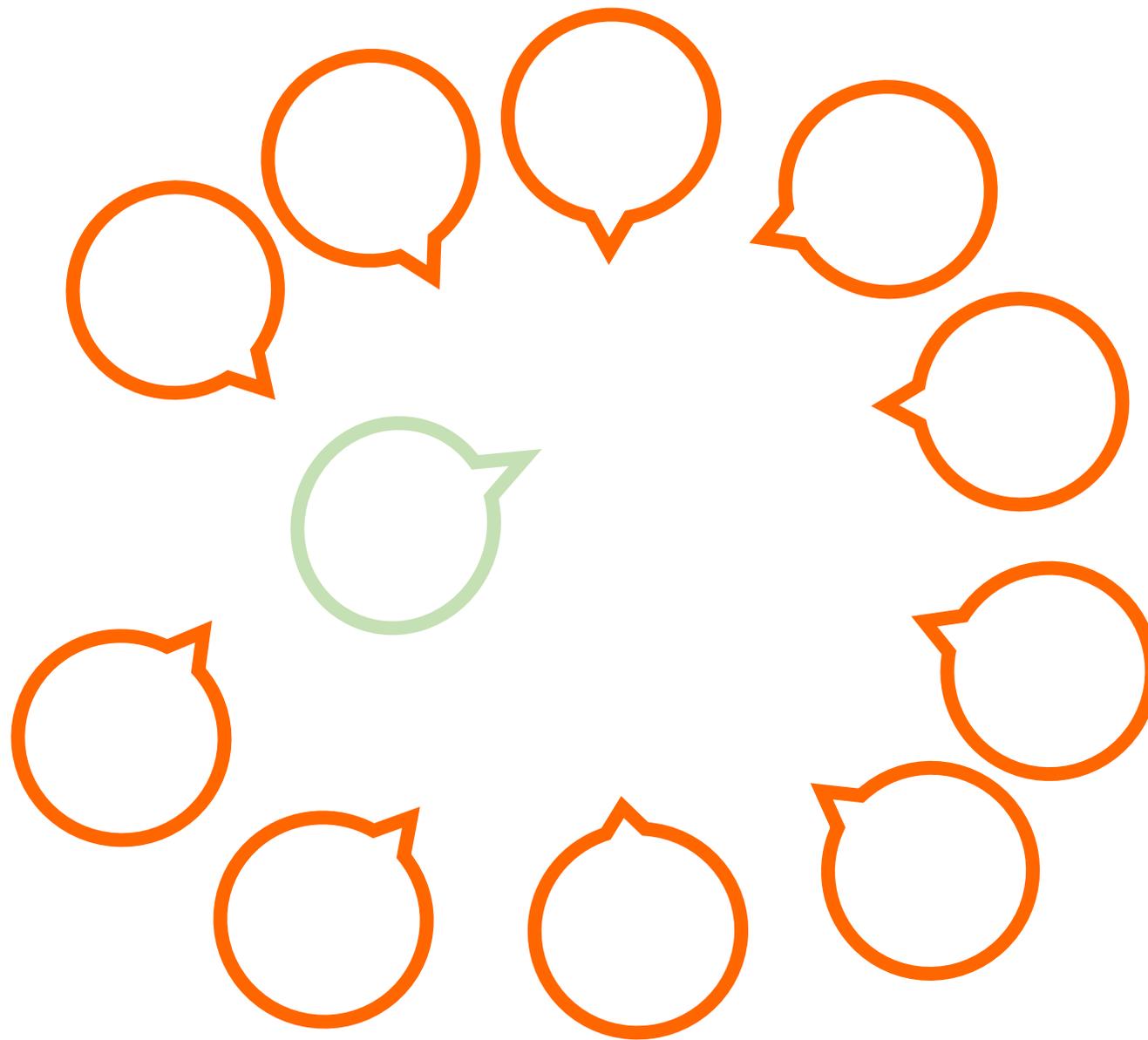
Ensemble



A VOUS ...



Que ressentez-vous ... ?





Pour mémo hier



Nous avons tous ces qualités
Nous pouvons les
transmettre
Elles nous permettent de
vivre une bonne QVT

Quand je suis bien, je suis ...
Ou je fais preuve de ...

Calme

Courage – Energie – Dynamisme

Générosité – Empathie – Gentillesse –

Bienveillance

Créativité

Tolérance – Adaptabilité - Serviabilité

Patience- Ecoute – Disponibilité

Amabilité

Réactivité – Efficacité –Productivité – Efficience

Positivité

Leadership – Capacité à fédérer – Cohésion

Initiatives – Entrepreneuriat

Ouverture d'esprit

Chaleur humaine – Humour – Sourire

Echange -



Je me sens bien quand

Estime de MOI – Accomplissement – Utilité
Reconnaissance – Regard positif – Sourire – Salaire – Compliments
– Cadeaux (dons)
Environnement – Calme – Climat – Nature –Soleil
Bonne santé
S’occuper de soi - Recentrage- Repos – Sport – S’écouter – Soins
du corps – Massage - Douceur
Satisfaction du travail – de la tâche bien accomplie (ménage) –
Réussite professionnelle
Relations – Partage – Ambiance – Respect – Moments conviviaux
Quand on fait plaisir – Contacts (animal) – Famille – Amis –
Enfants heureux
Sécurité – Planification – Honnêteté – Sans masque



FINALEMENT
LE BONHEUR EST A PORTEE DE MAINS
IL DEPEND DE NOUS
NOUS SOMMES ACTEURS
PROFITER DES PETITS MOMENTS

Aujourd'hui, ensemble



Nous allons dessiner notre **PROJET d'EQUIPE COMMUN**
de Qualité de Vie au Travail,

Nous allons la modéliser
et créer une **IDENTITE COLLECTIVE** et **SINGULIERE**
où nous serons tous et chacun, acteurs ensemble.



Choix des CP

Chacun choisit son rythme de travail (4 jours / Temps de travail)

Tenue à notre gout

Responsabilisation

Autonomie

Planification par les équipes

Vis ma vie – Découvrir les métiers des autres

Formation

Effectif suffisant

Passer du temps avec les résidents

Prendre du temps

Avoir les moyens de satisfaire le public

Reconnaissance de l'extérieur

Bonjour Avec le sourire

Bonne communication

Bonne entente

Cohésion d'équipe

Esprit d'équipe

Bienveillance

Dialogue

Participation de tous

Reconnaissance

Être une maison

Pas de conflit

Piscine

Crèche

Jardin extérieur

CSE avec des moyens

Espace détente

Evénement fédérateur équipe

Petit déj

Faire du sport ensemble

+ de moments en équipe

Voyages

Apporter son animal

Massages

KINE

Moments de relaxation / Yoga

Amener les enfants malades



ORGANISATION

Choix des CP

Chacun choisit son rythme de travail (4 jours /
Temps de travail)

Tenue à notre gout

Responsabilisation

Autonomie

Planification par les équipes

CONNAISSANCE

Vis ma vie – Découvrir les métiers des autres

Formation

COMMUNICATION

Bonjour Avec le sourire

Bonne communication

Bonne entente

Cohésion d'équipe

Esprit d'équipe

Bienveillance

Dialogue

Participation de tous

Reconnaissance

Être une maison

Pas de conflit

ACCOMPAGNEMENT

Effectif suffisant

Passer du temps avec les résidents

Prendre du temps

Avoir les moyens de satisfaire le public

Reconnaissance de l'extérieur

CONVIVIALITE

Evénement fédérateur équipe

Petit déj

Faire du sport ensemble

+ de moments en équipe

Voyages

BIEN-ETRE – BONUS EXTRA

Apporter son animal

Massages

KINE

Moments de relaxation / Yoga

Amener les enfants malades

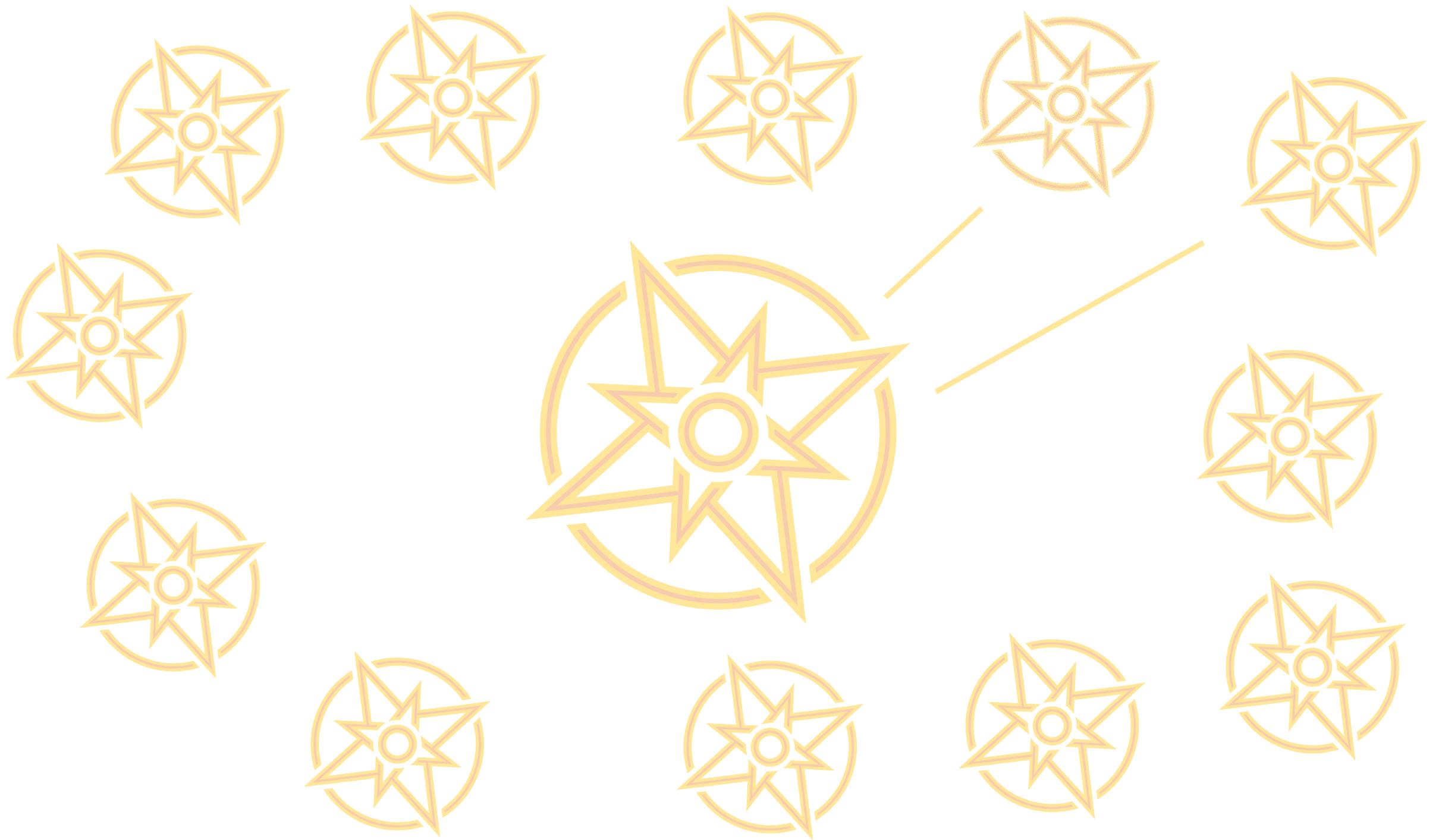
Piscine

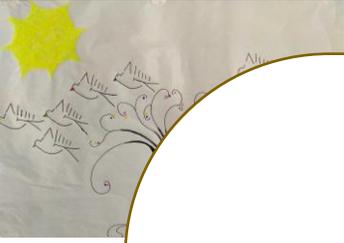
Crèche

Jardin extérieur

CSE avec des moyens

Espace détente





2025

LES ORCHIDÉES DE CROIX
est l'EHPAD où la qualité de
Vie au Travail est la
meilleure

Classement « HappyIndex / AtWork 2025



Définir un modèle

Trouver un « modèle inspirant », qui offre des similitudes dans votre imaginaire, avec **le projet d'équipe de Qualité de Vie au Travail**, en lien avec les idées émises.

Un projet d'équipe de qualité de vie au Travail que vous aurez le pouvoir de mettre en œuvre.

Le modèle peut-être puisé dans n'importe quelle sphère du monde : **animal, végétal, minéral, systémique, ou autre**



Temps 1 : en avant les idées !

20 minutes

- 2 groupes 6 personnes
- 1 maître du temps
- 1 scripte
- 1 resp. du respect des règles

Comment faire :

- 1- Chacun s'accorde 5 minutes et laisse divaguer son imagination
- 2- Brainstorming – 12 minutes : des idées / des dessins... tout ce qui vous passe en tête
- 3- Votes : Chacun choisit 3 idées et les note 3-2-1

Règles brainstorming :

- Prendre les idées sans commentaire.
- Les noter
- Pas de oui, mais
- Eventuellement demander un éclaircissement



Temps 2 : Illustrer le modèle

10 minutes

Schématiser le modèle le plus concrètement possible.

>> Nous ne cherchons pas à réaliser une œuvre d'art,
mais juste à poser une représentation graphique du projet
QVT<<



Temps 3 : Compléter le modèle

25 minutes

- 1– Lister toutes les caractéristiques que comporte le modèle qui font écho aux idées émises
- 2– Sélectionner les 5 caractéristiques majeures qui marquent votre projet de Qualité de Vie au Travail en 2025
- 3– Dessiner une fresque explicative de votre vision



Ensemble : Présentation de chaque vision

2 x 10 minutes





pour un déjeuner : serviette pliée, de l'assiette.
 pour un dîner : pliée à gauche de l'assiette et des couverts.



« Le futur n'est pas un endroit où nous allons mais un lieu que nous créons »

John Schaar



ELECTRONS LIBRES

Avec Frédéric Laloux et Hélène Gérin





UN INSTANT ...
AVEC VOUS

Un instant...avec vous



Qu'est-ce que ça me fait ?
Qu'est-ce qui me marque ?
Qu'est-ce que je retiens ?



**Quand on écoute à l'intérieur, quand on est sur son chemin,
dans le juste, souvent les choses se « mettent » facilement**

**Toutes les décisions sont prises à partir de leur intuition, de leur
ressenti**

Laisser tomber les masques et être

Joueurs : On joue tout le temps, on aime explorer de nouveaux scénarios

On aime sortir de ce qu'on connaît / C'est souvent dans le corps qu'on ressent les choses.

Quand on a différentes options, on essaie d'aller habiter chacune d'entre elles, et de les ressentir dans notre corps.

Ecouter la vie qui voulait être vécue à travers MOI

**La bonne question à me poser, c'est « qu'est-ce que je pourrai faire
maintenant qui a le plus de sens pour moi ? »**

A chaque fois qu'il y a qq chose qu'on ne comprend pas, on a envie de creuser, qu'est-ce que ça vient nous dire.

Ca donne un goût de liberté, car ça veut dire que je peux me réinventer tout le temps.

Je ne suis pas obligée de rester conforme par rapport à l'image que je donne ou que je me suis déjà donnée à moi-même.

Liberté de mouvement dans la vie, les choix de vie. C'est goûteux.



Fondée sur la confiance, l'autonomie des employés et un leadership beaucoup plus conscient, elles encouragent à mettre en avant l'intelligence émotionnelle et intuitive de chacun, tout autant que l'intelligence rationnelle.

Les réponses ne viennent pas nécessairement de la tête, mais on peut les sentir à l'intérieur.

On s'est beaucoup réinventé, on a touché à différents domaines, et on aurait pu à chaque fois redémarrer en se disant « **mais je suis qui pour oser explorer cette voie, je n'ai pas de crédibilité dans ce domaine.**

Et en fait, qui je suis pour pas le faire finalement ? ».

On peut tous essayer.

Le matériel a moins d'importance.

« Ah, youpi, quelque chose qu'on va pouvoir transformer, quelque chose qui a le potentiel d'aller mieux, en fait »

The background features a repeating pattern of stylized compass roses in a light orange color. Each rose has eight points and a central circle. A larger, semi-transparent version of this rose is centered behind the text. Two thin orange lines cross each other in the upper right quadrant of the image.

Ensemble
un CONSENSUS :

Comment souhaitez-
vous procéder ?

Consensus :

Vous modéliser ensemble la version finale





Texte descriptif :

2 groupes
15 minutes



*« C'est ainsi qu'en 2025, nous
aurons créé... »*

ou

*« En 2025, les Orchidées de
Croix est ... »*

Partage et consensus:

15 minutes



*« C'est ainsi qu'en 2025, nous
aurons créé... »*

ou

*« En 2025, les Orchidées de
Croix est ... »*





*DEVINETTE ...
de quoi parle t-on ?*



Respect



64%

Reconnaissance



58%

Épanouissement



46%

Motivation



40%

Convivialité



39%



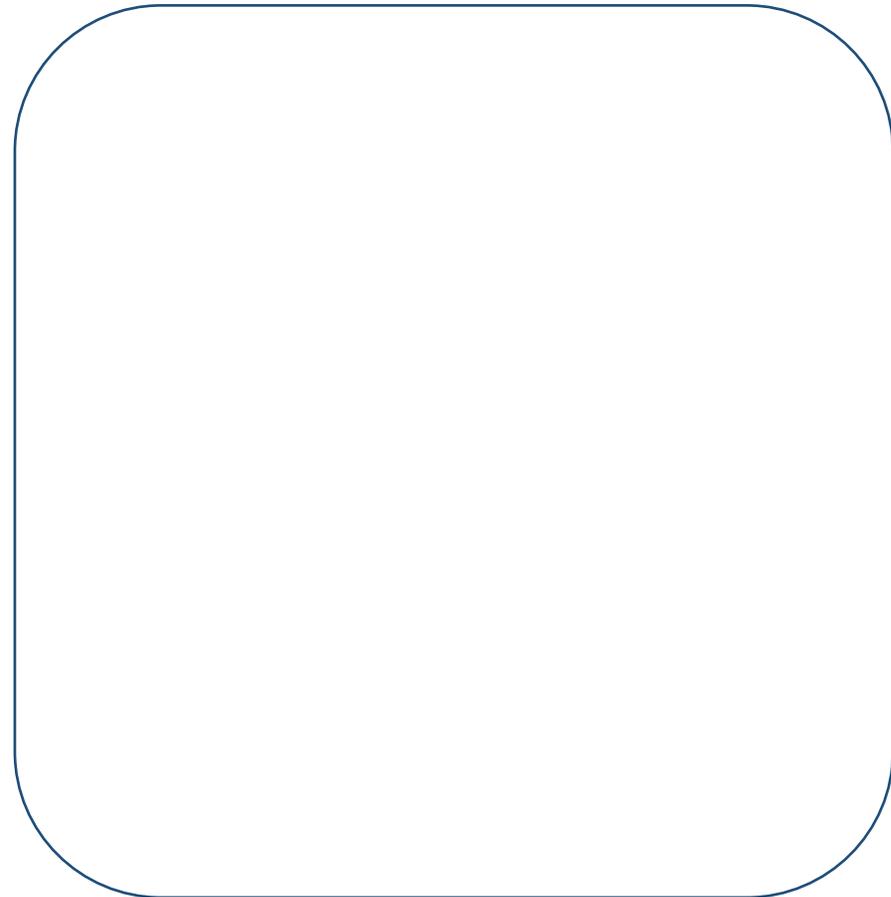
Cette démarche a pour enjeu le développement de l'attractivité de l'entreprise, l'amélioration de la créativité, de l'engagement, de la motivation professionnelle et de la fidélisation des salariés, tout autant que la réduction des effets destructeurs et pathogènes du stress au travail (maladies cardio-vasculaires, troubles gastro-intestinaux, états d'anxiété et dépressifs...) et la diminution de l'absentéisme.



A vous



*A vous ...
Un mot
pour
résumer*





Réponse...



Définition Qualité de vie au travail (QVT) Selon TISSOT (Droit du travail)

La notion de qualité de vie au travail (QVT) correspond à un sentiment de bien-être au travail perçu collectivement et individuellement qui englobe l'ambiance, la culture de l'entreprise, l'intérêt au travail, les conditions de travail, le sentiment d'implication, le degré d'autonomie et de responsabilisation, l'égalité, un droit à l'erreur accordé à chacun, une reconnaissance et une valorisation du travail effectué.



La qualité de vie au travail en quelques mots

Pour les salariés, les 5 mots qui caractérisent le mieux la notion de qualité de vie au travail sont¹ :

Respect



64%

Reconnaissance



58%

Épanouissement



46%

Motivation



40%

Convivialité



39%

¹ Sondage ANACT TNS SOFRES pour la Semaine pour la Qualité de Vie au Travail - 10^e édition : 2013



OFFICIEL PREVENTION SANTÉ et SECURITE AU TRAVAIL

Une démarche de qualité de vie de travail a pour enjeu le développement de l'attractivité de l'entreprise, l'amélioration de la créativité, de l'engagement, de la motivation professionnelle et de la fidélisation des salariés, tout autant que la réduction des effets destructeurs et pathogènes du stress au travail (maladies cardio-vasculaires, troubles gastro-intestinaux, états d'anxiété et dépressifs...) et la diminution de l'absentéisme.

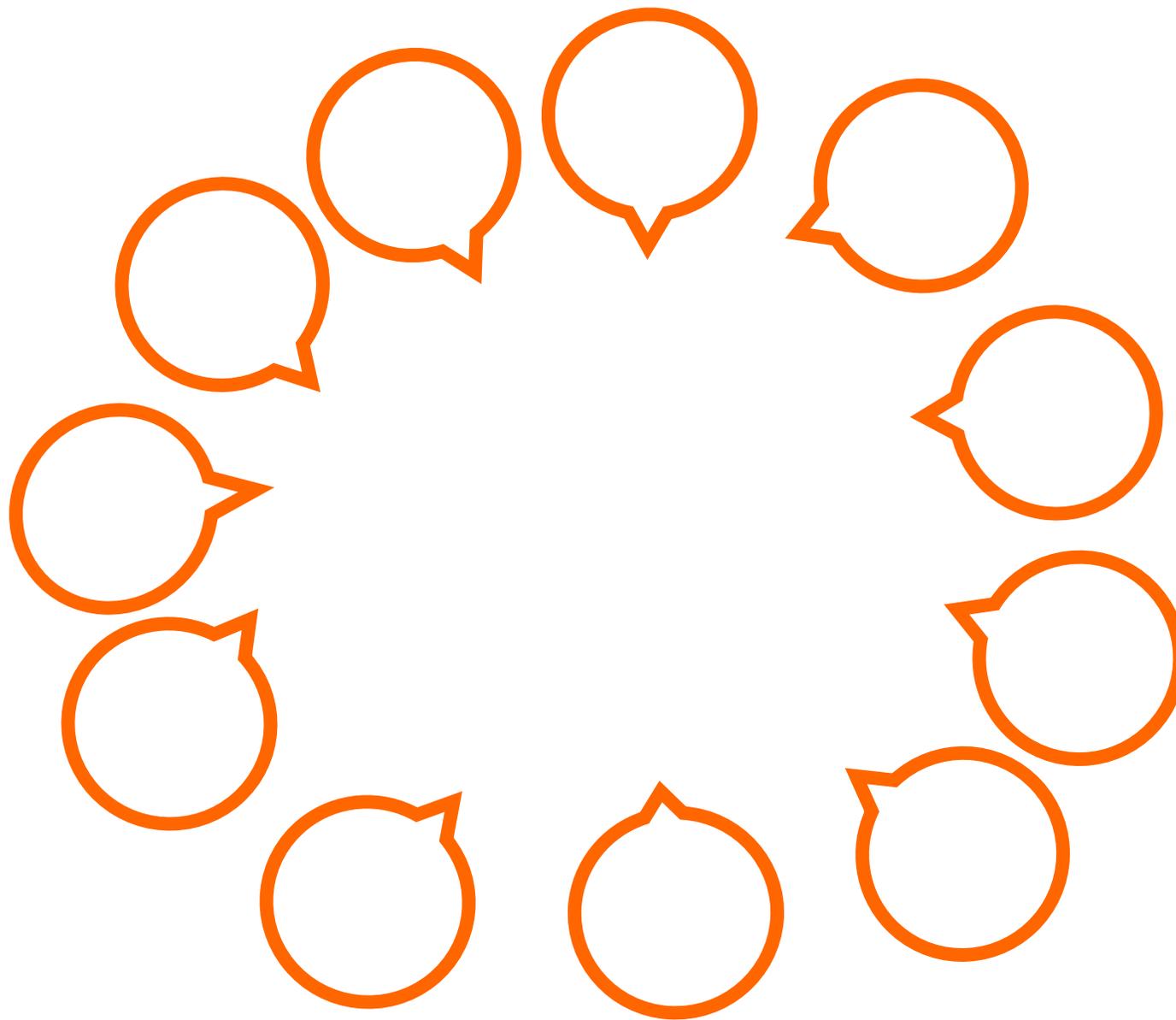






Tour de chaises

A VOUS ...





BRAVO !!
&
MERCI !!!!!





L'AIGLON QUI SE CROYAIT UNE POULE

Un promeneur en montagne découvrit un nid d'aigle abandonné où il trouva un oeuf. Il le prit avec délicatesse et le confia à un fermier, dans l'espoir de le faire couvrir par une poule.

Peu de temps après, naquit un aiglon parmi une couvée de poussins. La poule en prit soin et l'éleva comme le reste de ses rejetons.

Un jour, il vit un aigle planer dans le ciel. Il dit tout haut: "Quand je serai grand, je volerai comme cet oiseau." Il s'attira le ridicule des autres poussins qui déclarèrent: "Tu es une poule comme nous!" Tout honteux, l'aiglon continua de se comporter comme une poule et de picorer des grains.

Voyant grandir l'aiglon, le fermier voulut le faire voler. Le prenant dans ses mains, il le lança dans les airs. Mais l'aiglon, convaincu qu'il ne pouvait voler, n'ouvrit pas les ailes. Il atterrit maladroitement sur le sol, provoquant un fou rire général dans la basse-cour.

Un peu plus tard, le fermier fit un second essai. Cette fois, il monta sur le toit de la grange avec l'aiglon et il le lança dans le vide en disant: "Vole, tu es un aigle!" Timidement, l'oiseau ouvrit les ailes et se mit à planer au dessus de la basse-cour avant de s'envoler vers la montagne.



NON JUGEMENT

PRESENCE

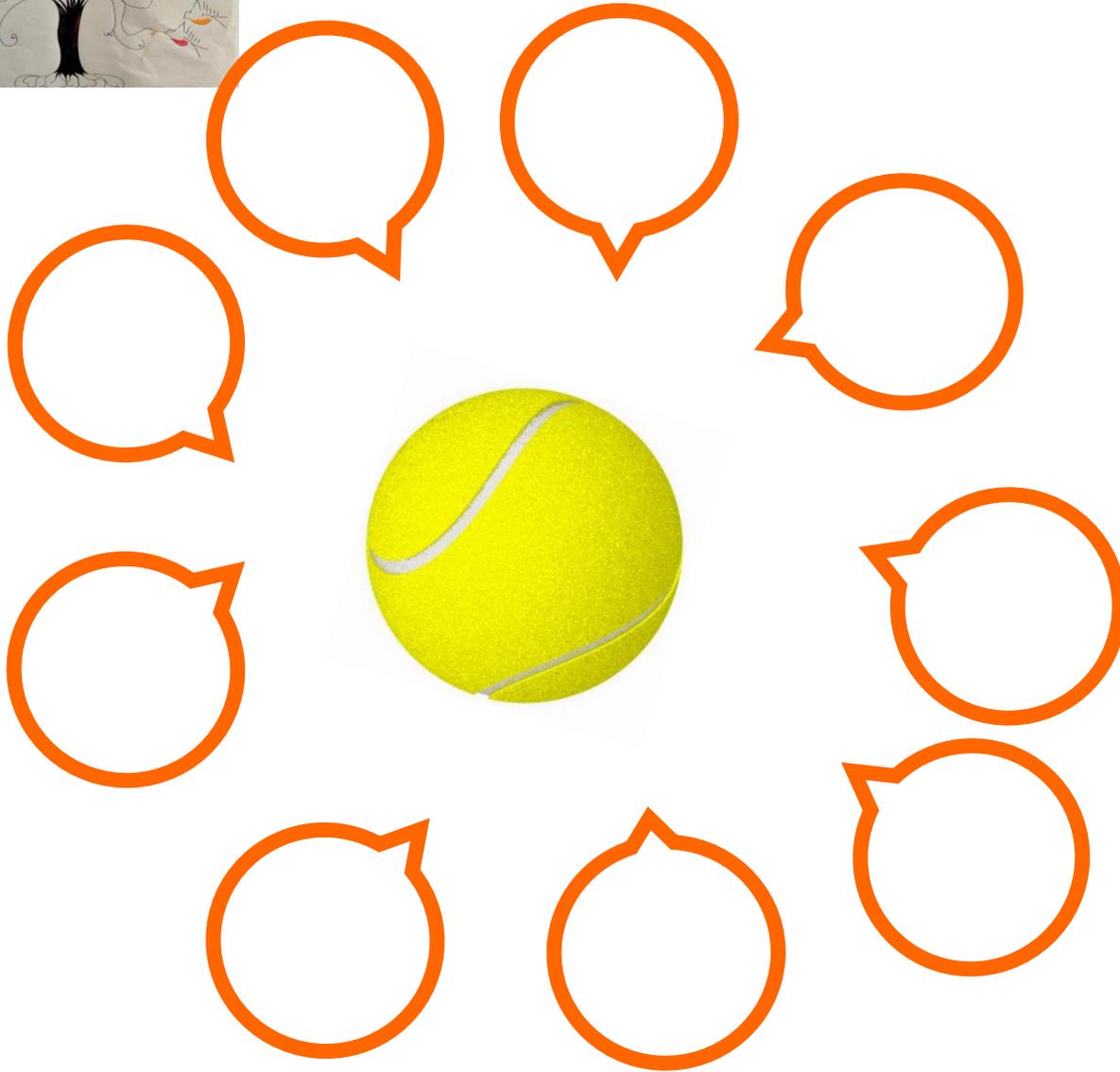
PARITE

AUDACE – CREATIVITE – CURIOSITE

LIBERTE

PLAISIR

Tour de chaises



- Quelle est votre météo du jour ?
- Envie de partager une réflexion / hier ?
- Dans quelles conditions avez-vous envie de passer la journée ?
- Comment fédérer ?



Comment fédérer?



Laisser la place
Reconnaître
Mettre du cœur
Cadre sécuritaire



*Présentons les
« inspireurs »*



Temps 1 : 5 minutes Seul à seul

- Décrivez-les, qui sont-ils leur actions ? Ce qu'ils font ? Ce qu'ils sont ?
- Qu'est-ce que vous admirez chez eux ? Qu'est-ce qui vous impressionne ?



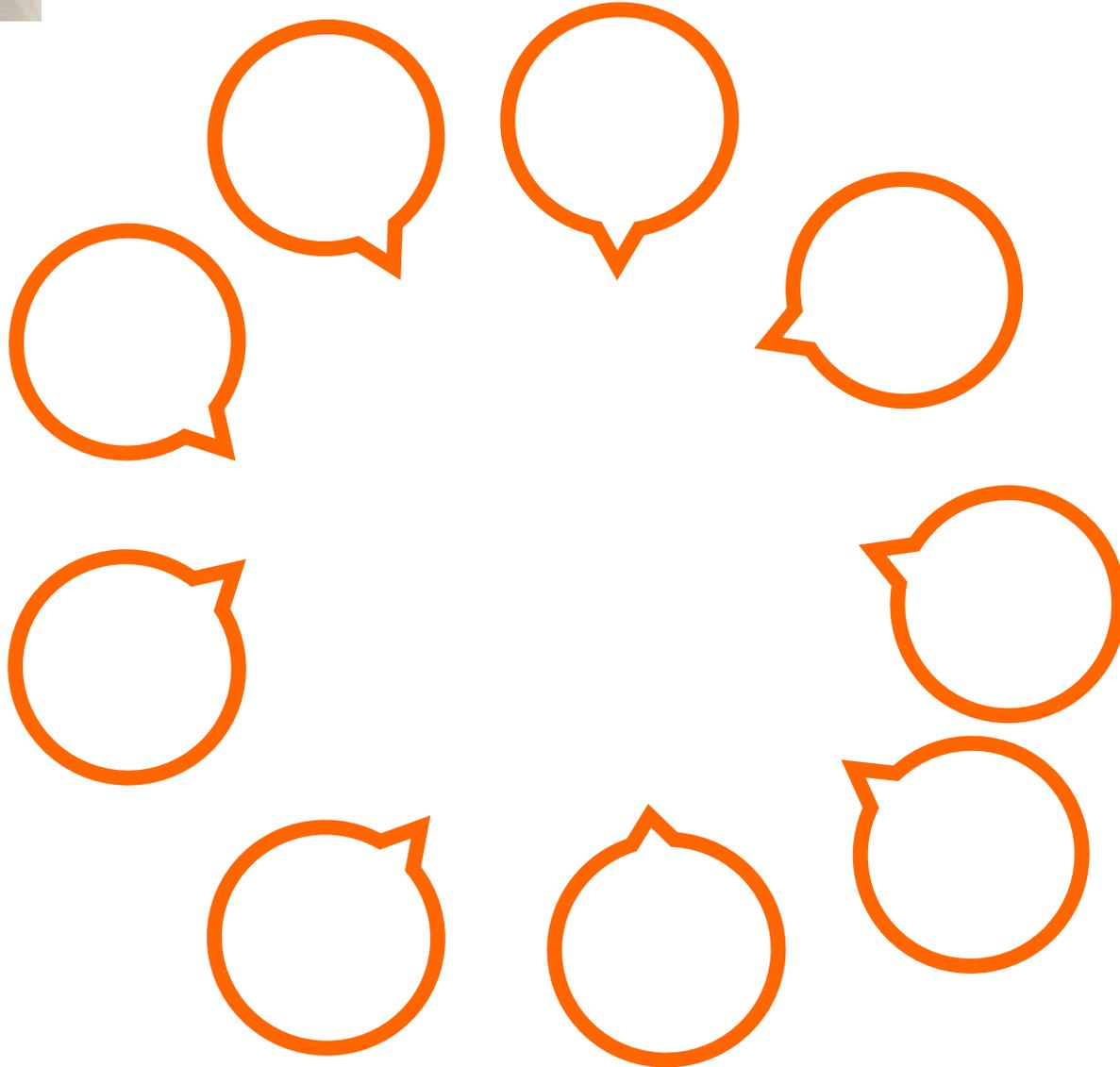


Temps 2 : 5 minutes Seul à seul

- Quelles sont les qualités, les ressources ou talents dont ils font preuve ?
- A lister en vrac



Temps 3 : tous ensemble



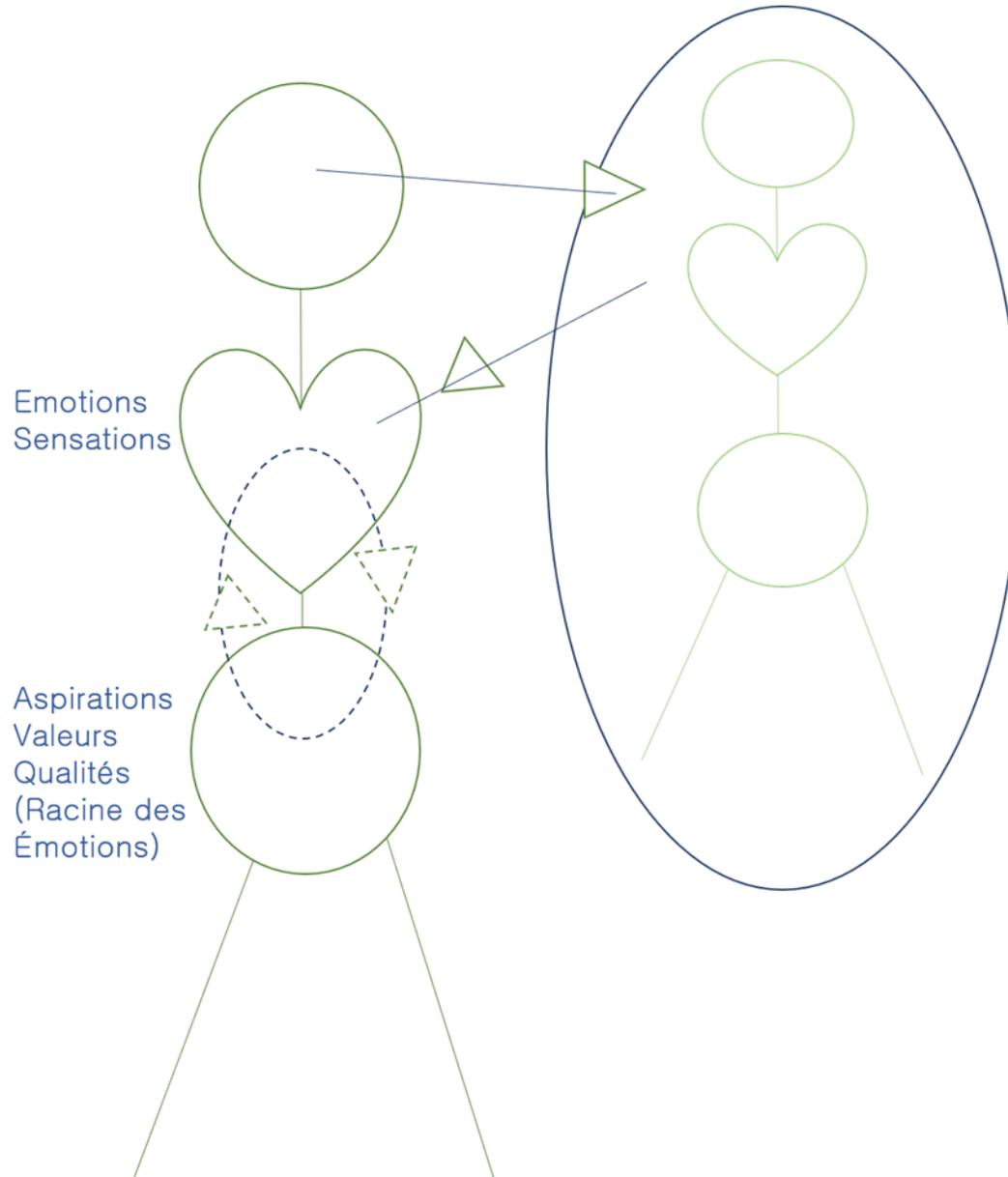
- Qui est votre héros ?
- De quelles qualités fait-il preuve ?



De qui parlez-vous ?



LA LOI DU MIROIR



Quand il existe une résonance entre ce qu'il se passe à l'extérieur de vous, et ce qu'il se passe à l'intérieur : Ça parle de moi !





*Pour mémoire hier
Une vision
Un magnifique projet*



SINCERITE
COURAGE
BIENVEILLANCE
GENEROSITE
PASSIONNE
GENTILLESSE
CREATIVITE
HEUREUSE
EMPATHIE
ENTREPRENEURIAT
AUTENTICITE
ORGANISATION
FEDERATEUR
SENSIBILITE
DETERMINATION
AGACEMENT
PATIENCE



En 2025, grâce à notre équipe audacieuse, nous sommes acteurs d'une **cohésion fondée sur le partage et l'accompagnement.**

La **responsabilisation** et la **communication** sont au cœur de l'**épanouissement** dans un **cadre sécurisé.**



Ensemble, avec nos valeurs de partage et d'accompagnement, nous mettrons toute notre audace à créer un environnement sécurisant





La qualité de Vie au travail se traduit en 2025 nous avons créé dans notre équipe audacieuse une cohésion reprenant les notions de partage et d'accompagnement.

La responsabilisation et la communication permettent un épanouissement dans un cadre sécurisé.



MUOVERE
AVANCE

CONVULS

CADERO
AUTONO
la temp

CADRE

GENRE

RE-CO

CONVULS



C'est ainsi qu'en 225 nous avons créé dans notre équipe andalouse une cohésion
représentant les notions de partage et d'accompagnement. La responsabilisation et la
communication permettent un épanouissement dans un cadre sécurisé





Mais comment faire ?



De la COMPETITION vers LA COOPERATION

CULPABILISATION



DEPENDANCE



CONTRÔLE



SEPARATIVITE



ERREUR



JUGEMENT





De la COMPETITION vers LA COOPERATION

CULPABILISATION



RESPONSABILISATION

DEPENDANCE



AUTONOMIE

CONTRÔLE



MAITRISE

SEPARATIVITE



UNITE

ERREUR



EXPERIENCE

JUGEMENT



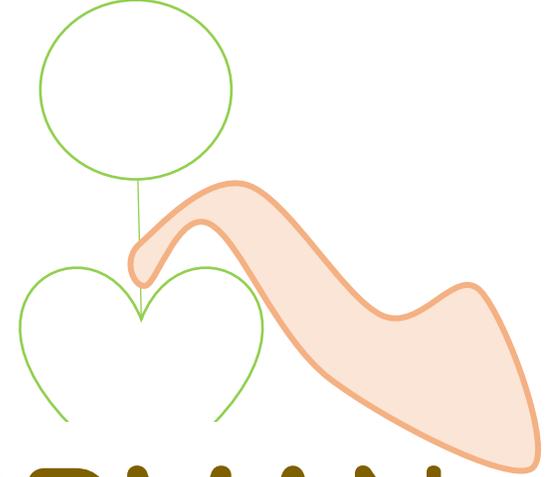
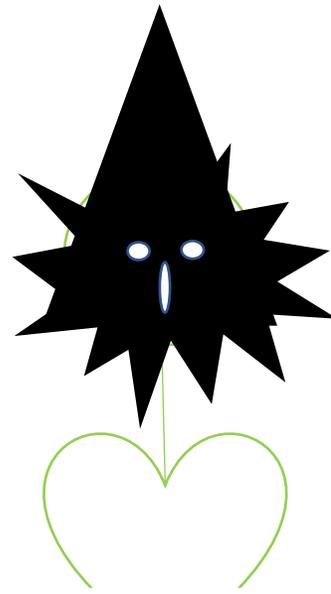
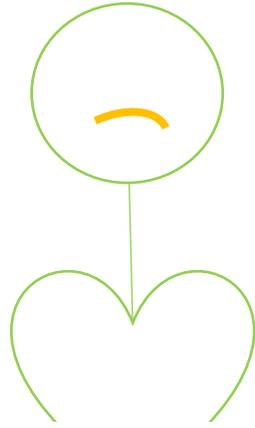
COMPASSION et

L'APPRECIATION



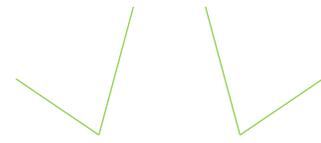
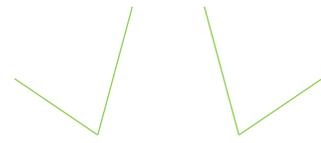
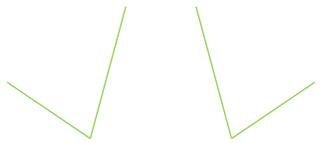


Un regard sur les mécanismes relationnels



Le triangle de KARPMAN

Ou mieux comprendre certains jeux
psychologiques à travers un schéma relationnel





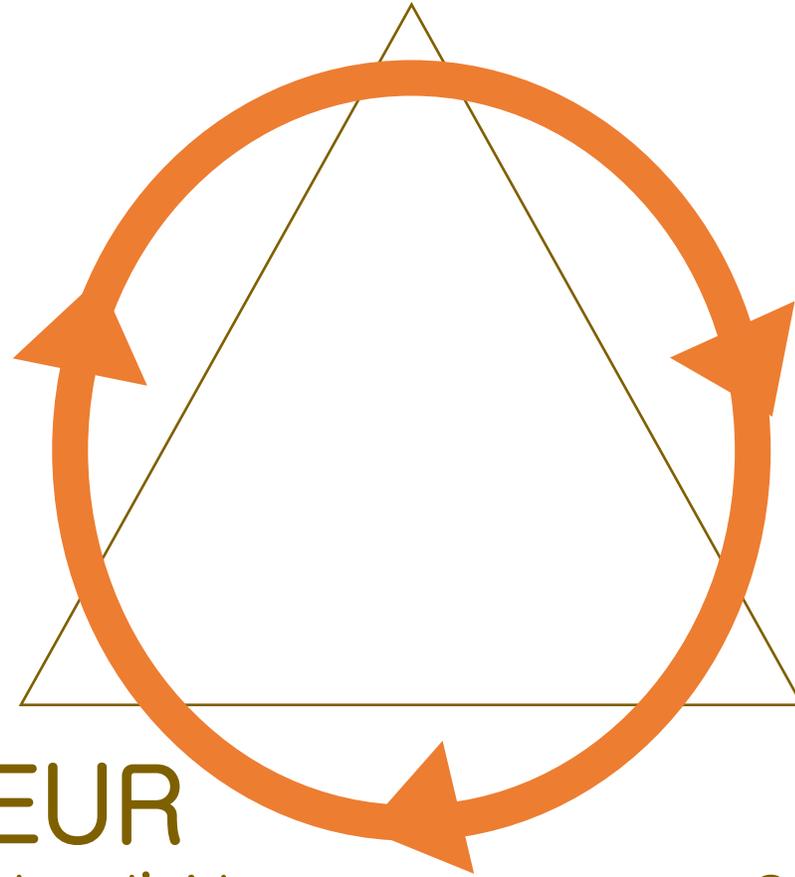
« Oui, mais »





PERSECUTEUR

Dévalorise, critique, ironise
Provoque de la peur



Scénario relationnel
Enfermant
Culpabilisant
Non responsable

SAUVEUR

Ne peut s'empêcher d'aider,
même si on ne lui demande pas.
Empêche de grandir.

VICTIME

Se plaint, subit, s'apitoie.
Déresponsabilise

COMMENT SORTIR DU SCHEMA ?



Scénario relationnel

Adulte

Ouvert

100 % responsable

= Relation libre et autonome où chacun est acteur en respect des autres et des contraintes.



A VOUS, un écho ?...



Situations...

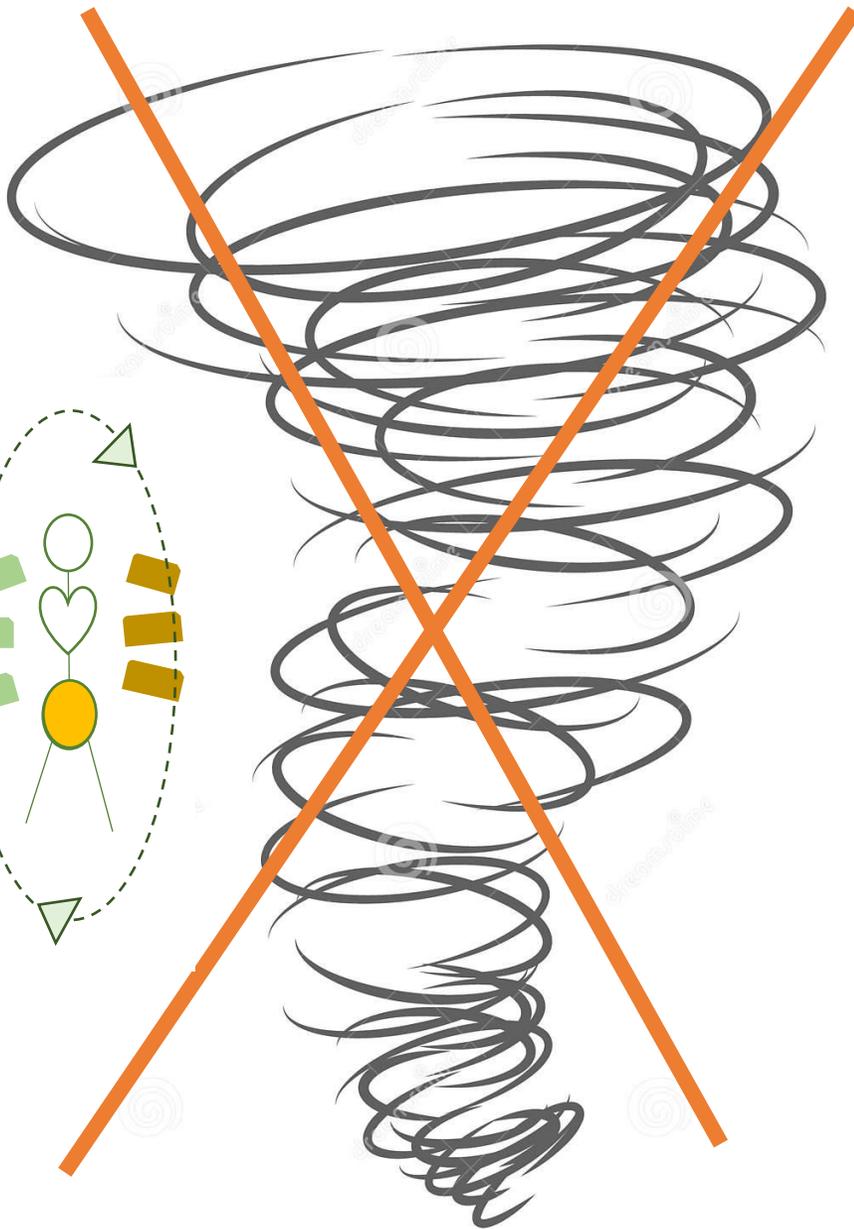
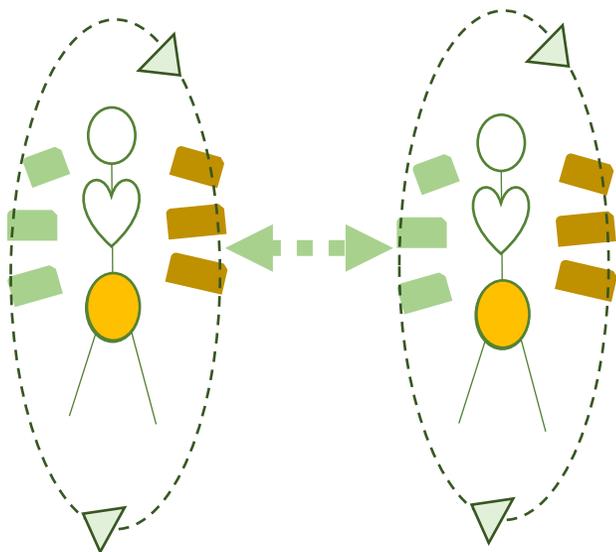


COMMENT SORTIR DU SCHEMA ?

- 1– Prise de conscience – Discernement
- 2– Refuser d’entrer dans le jeu, et de l’alimenter
- 3– Revenir à SOI, à sa puissance, à sa valeur –
Confiance et Estime
= Nous pouvons être qui nous sommes. Nous sommes
libres d’être qui nous sommes.
L’autre aussi.
- 4– Se rappeler à son projet



FORME



FOND

SI
PROBLEME
REEL



SOLUTION



CA PASSE PAR ...

Quel pouvoir je laisse à l'extérieur au détriment de la belle personne que je suis ?

Nous avons le pouvoir de choisir notre attitude.

Nous ne pouvons pas changer ce qui se passe à l'extérieur, mais nous pouvons adopter une posture choisie et toujours faire évoluer notre regard.

A vous ...



Et si nous adoptions
un nouveau mode relationnel,
Qu'est-ce que ça pourrait changer ?





Des valeurs d'équipe



2 groupes
15 minutes

Comment définir les valeurs ? Les imaginer ?

Dans vos tâches professionnelles au quotidien, que permettent les valeurs ?



Les valeurs, définition

2 groupes



Une idée abstraite, transmise et évolutive, qui nous définit, nous guide, dans nos choix et nos décisions. Une forme de croyance qui représente le bien

Une boussole, un référentiel, des repères.

Des vertus.

Un levier.

Cohésion autour d'une envie commune

Cohérence entre cette envie et ce que nous faisons

- Motivation
- Crédibilité
- Progression

Les valeurs rassemblent et nous ressemblent.



A vous !

Les valeurs permettent de :



Les valeurs permettent de :

- Manager : Animer, motiver, cadrer, évaluer
- Souder, fédérer une équipe
- Recruter, se dire « Au Revoir »
- Guider pour structurer et organiser
- Aider à choisir et décider
- Clarifier et discerner, dans des périodes de
- Supporter les tâches quotidiennes
- Mettre du sens
- Faire des efforts et persévérer
- Souder
- Lier
- Epauler
- Soutenir
- Respecter
- Partager
- Evoluer
- Découvrir
- Motiver, encourager, engager
- Organiser
- Equiter



- Valeurs co-crées et supportées par tous
- Valeurs formalisées
- Valeurs pour tous : Chacun y trouve une résonance
- Valeurs vivantes : Mise en pratique dans le quotidien

- Elles doivent pouvoir se décliner en situation professionnelle.

- Nous sommes ambassadeurs des valeurs : nous les incarnons, les portons, les diffusons.



Exemple : Les 10 valeurs

Le numéro #36 de [Courrier Cadres](#) présente

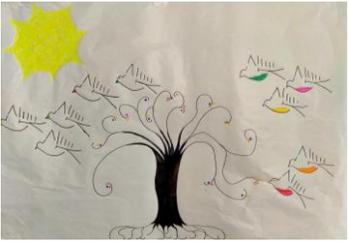
INNOVATION
ESPRIT D'EQUIPE
INTEGRITE
RESPECT
RESPONSABILITE

SATISFACTION CLIENT
QUALITE
PARTAGE
EXCELLENCE
PROXIMITE



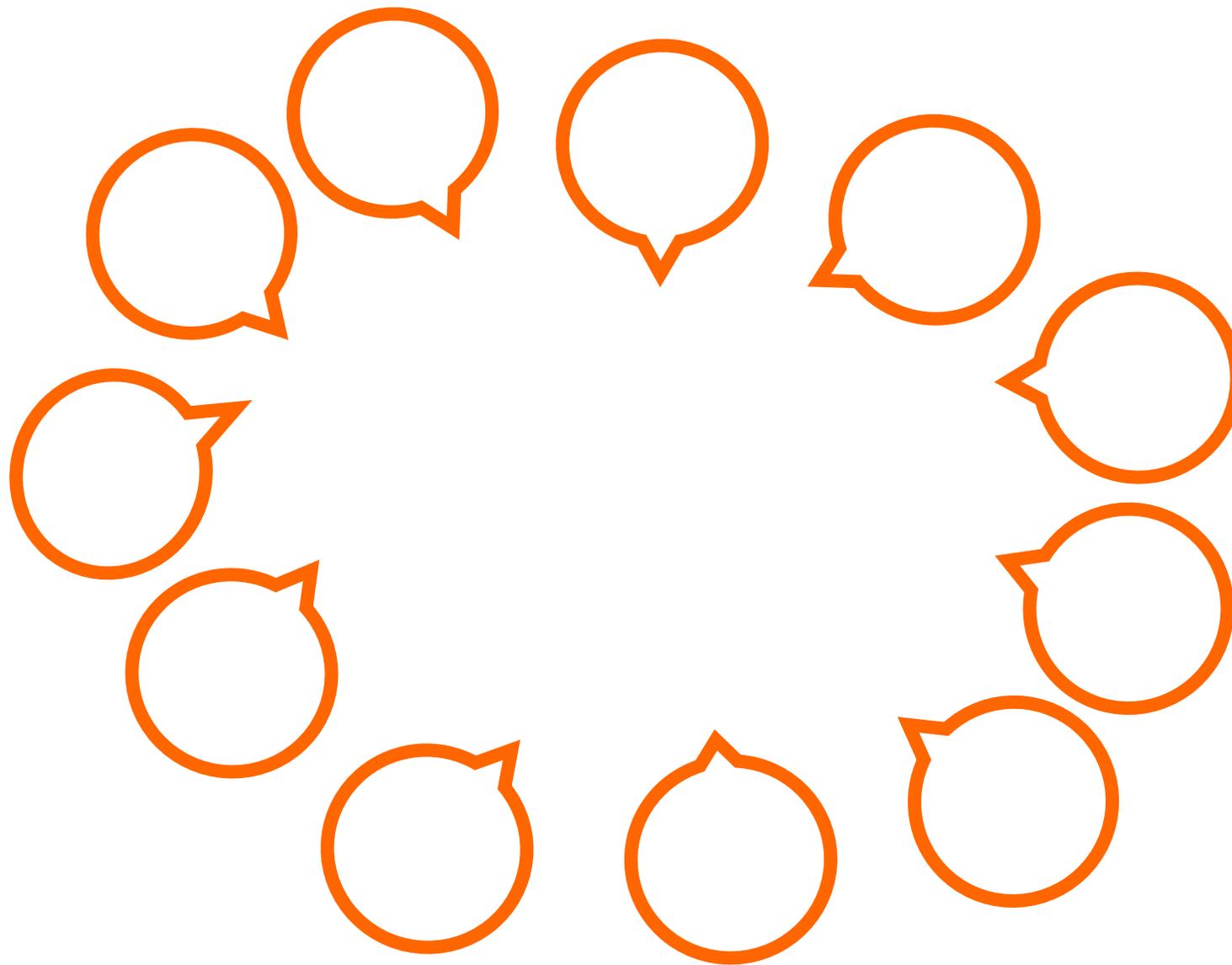
CHARTRE DES VALEURS

RESPECTER	ACCOMPAGNER	INNOVER	PARTICIPER	S'ENGAGER
				
L'AMBIANCE au cœur de nos soins	L'ÉCOUTE au cœur de nos soins	L'EXPERTISE au cœur de nos soins	LES PARTENARIATS au cœur de nos soins	L'ENVIRONNEMENT au cœur de nos soins
<ul style="list-style-type: none">- Nous sommes quotidiennement dans une logique de solidarité et de lutte contre les discriminations. Nous sommes engagés dans une démarche de transparence et de lutte contre toutes les formes de maltraitance.- Nous sommes attachés au respect, à la disponibilité, à l'écoute de patients, de nos collaborateurs et de nos collaborateurs.	<ul style="list-style-type: none">- Nous sommes à l'écoute de nos patients, à l'écoute de nos collaborateurs et à l'écoute de nos collaborateurs.- Nous sommes à l'écoute de nos patients, à l'écoute de nos collaborateurs et à l'écoute de nos collaborateurs.	<ul style="list-style-type: none">- Nos équipes adhèrent à une forte qualité humaine et sont impliquées dans une dynamique d'actualisation continue de leurs compétences et d'évolution de nos pratiques professionnelles.- Nos institutions participent aux actions de nos collègues et contribuent à l'innovation thérapeutique.	<ul style="list-style-type: none">- Nous recherchons à optimiser la prise en charge globale et coordonnée de nos patients par le développement de partenariats.- Nous nous sommes impliqués dans des projets de prise en charge spécifique en faveur des personnes âgées dépendantes.	<ul style="list-style-type: none">- Nous encourageons les efforts d'innovation humaine, par les actions de nos collaborateurs et de nos collaborateurs.- Nous sommes engagés dans la transparence et la qualité environnementale et dans le cadre de nos politiques de développement durable.





Projet établissement Les orchidées



Valeurs perso



AMOUR
GENTILLESSE
AUTENTICITE
OUVERTURE

ESPOIR
ACCOMPLISSEMENT
OUVERTURE
ESTHETISME
JOIE – PLAISIR



Une pause ?



VALEURS

Pour progresser vers notre projet d'équipe de Qualité de Vie au Travail, sur quelles valeurs allons-nous pouvoir nous appuyer ?



Bravoure	Ecoute	Intimité	Sobriété
Calme	Éducation	Intrépidité	Soin
Camaraderie	Efficacité	Jeu	Solidarité
Candeur	Effort	Jeunesse	Solidité
Caritatif	Égalité	Joie	Solitude
Célébrité	Élégance	Justice	Soutien
Certitude	Empathie	L'indépendance financière	Spiritualité
Chaleur	Empressement	Liberté	Spontanéité
Changement	Encouragement	Loyauté	Stabilité
Charité	Endurance	Lucidité	Succès
Charme	Énergie	Maîtrise	Suprématie
Chasteté	Engagement	Noblesse du cœur	Surprise
Civisme	Entêtement	Obligation	Sympathie
Clarté	Enthousiasme	Ordre social	Synergie
Cohérence	Equilibre	Orientaion	Tradition
Collaboration	Équité	Ouverture	Tranquillité
Combativité	Espérance	Paix	Transcendance
Communication	Espoir	Pardon	Transparence
Compassion	Être le meilleur	Parité	Travail
Compétence	Euphorie	Partage	Travail d'équipe
Compréhension	Exactitude	Patience	Ténacité
Conformisme	Excellence	Performance	Tendresse
Confort	Exemplarité	Persévérance	Tolérance
Concentration	Exigence	Plaisir	Transmission
Confiance	Expérience	Politesse	Transparence
Conformité	Expertise	Ponctualité	Unité
Confort	Exploration	Positivité	Utilité
Connexion	Expressivité	Pouvoir	Valeur
Conquête	Extase	Présence	Variété
Conscience	Extravagance	Prise de décision	Vérité
Contentement	Exubérance	Profondeur	Vie spirituelle
Continuité	Famille	Progrès	Vigilance
Contribution	Fascination	Propreté	Vision
Contrôle	Fermeté	Propriété	Vitalité
Conviction	Férocité	Protection	Vitesse
Convivialité	Fiabilité	Proximité	Vivacité
		Pureté	Volonté

Groupe de 5

Les 10 valeurs essentielles

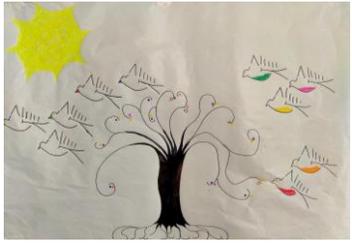
15 minutes

Pour progresser vers notre projet d'équipe de Qualité de Vie au Travail, sur quelles valeurs allons-nous pouvoir nous appuyer ?

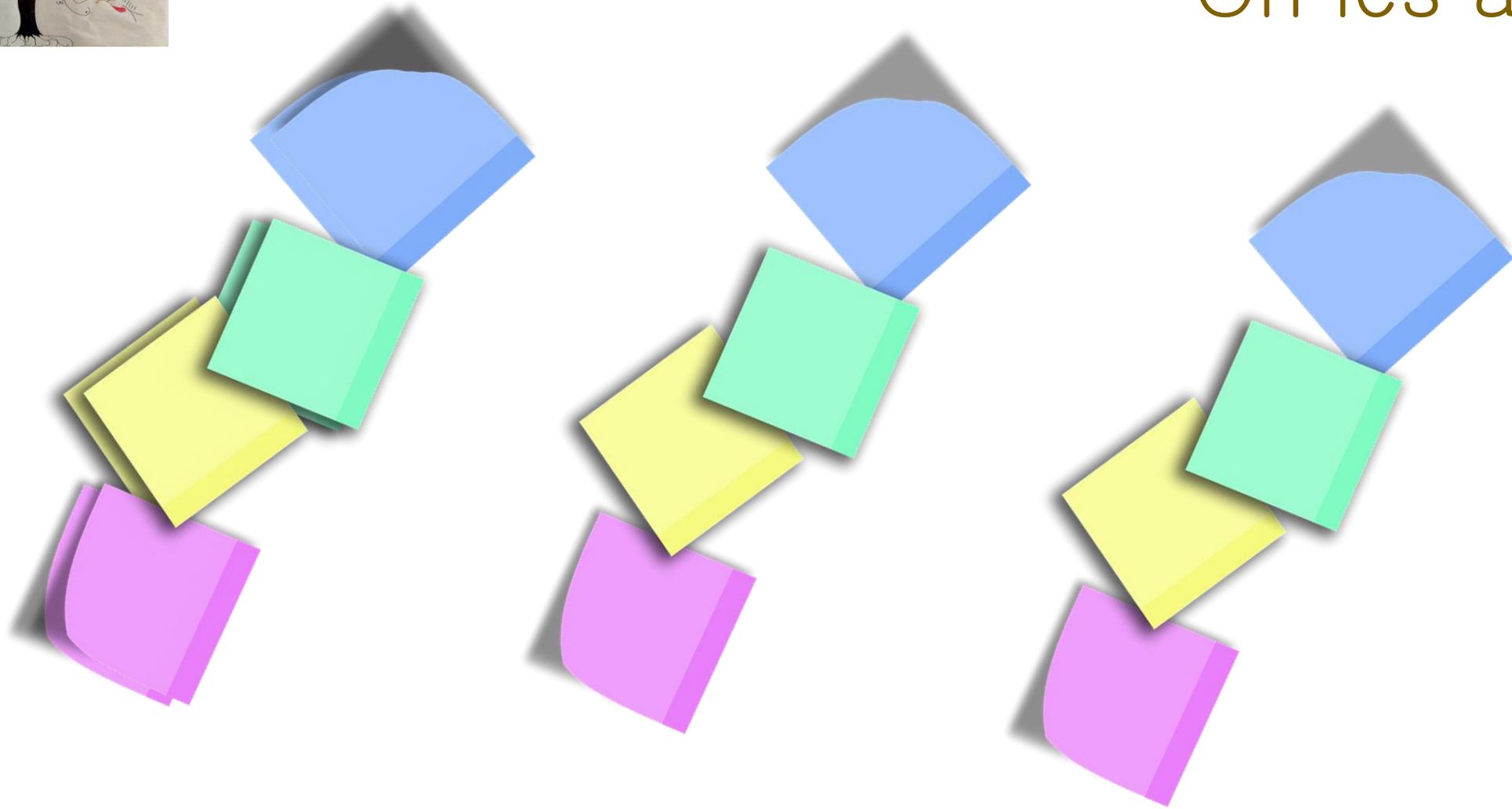


Ensemble

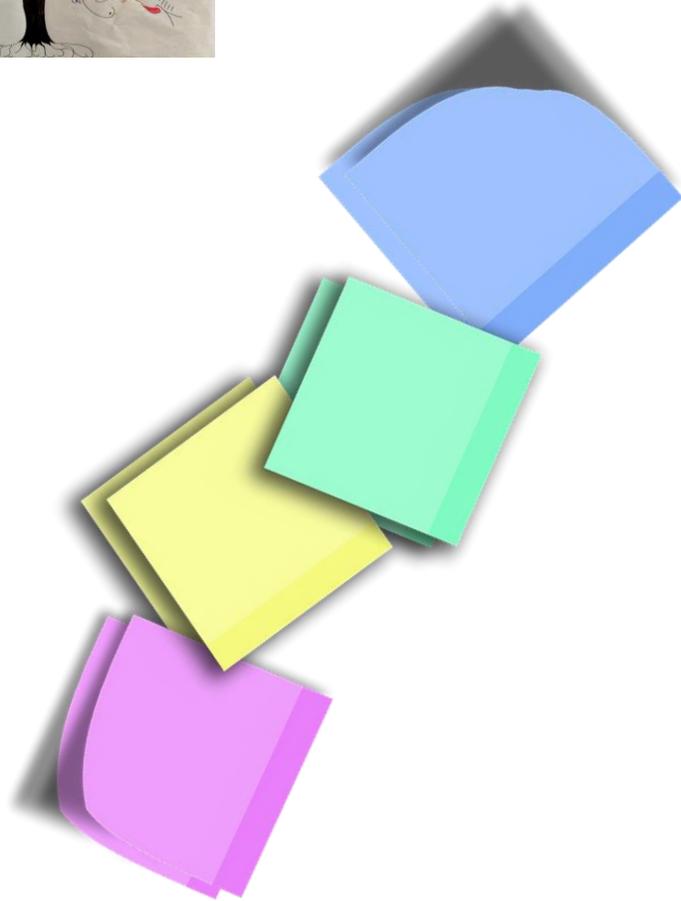




On les rassemble,
On les assemble



5 valeurs prioritaires



Vote
Classement

Nos valeurs



- ACCOMPLISSEMENT
- SINCERITE
- TOLERANCE
- SOLIDARITE
- TRANSMISSIONS



Situations

2 groupes

15 minutes

Citer 5 exemples de situations concrètes qui ne sont pas vécues aujourd'hui telles que notre projet de Qualité de Vie au Travail le propose :

- Tâches du quotidien
- Relations humaines : Recrutement / Management / Entretien
- Décision à prendre
- Difficulté à traverser, problématique rencontrée



TOLERANCE
SINCERITE
SOLIDARITE
TRANSMISSIONS
ACCOMPLISSEMENT

Vérification avec les situations



Nous reprenons les situations présentées.
Si nous les alignons avec les valeurs,
progressons nous vers notre projet QVT ?

- Lorsque les valeurs sont remplies, le projet QVT est-il garanti ?
- Cohérence dans les actions du quotidien ?







En 2025, grâce à notre équipe audacieuse, nous sommes acteurs d'une **cohésion fondée sur le partage et l'accompagnement.**

La **responsabilisation** et la **communication** sont au cœur de l'**épanouissement** dans un **cadre sécurisé.**

Nos valeurs



TOLERANCE
SINCERITE
SOLIDARITE
TRANSMISSIONS
ACCOMPLISSEMENT



Notre peur la plus profonde n'est pas que nous ne soyons pas à la hauteur. Notre peur la plus profonde est que nous sommes puissants au delà de toute limite.

C'est notre propre lumière — et non pas notre obscurité — qui nous effraie le plus. Nous nous posons la question : 'Qui suis-je, moi, pour être brillant, radieux, talentueux et merveilleux ?'

En fait, qui êtes-vous pour ne pas l'être ?

Vous êtes un enfant de Dieu ! Vous restreindre, vivre petit ne rend pas service au monde. L'illumination n'est pas de vous rétrécir pour éviter d'insécuriser les autres. Nous sommes nés pour rendre manifeste la gloire de Dieu qui est en nous.

Elle ne se trouve pas seulement chez quelques élus ; elle est en chacun de nous et, au fur et à mesure que nous laissons briller notre propre lumière, nous donnons inconsciemment aux autres la permission de faire de même.

En nous libérant de notre propre peur, notre présence libère automatiquement les autres...

Extrait du discours prononcé par Nelson Mandela lors de son intronisation à la présidence de la république de la République de l'Afrique du Sud, 1994 (écrit par Marianne Williamson)



Cadre de sécurité

NON JUGEMENT

PRESENCE

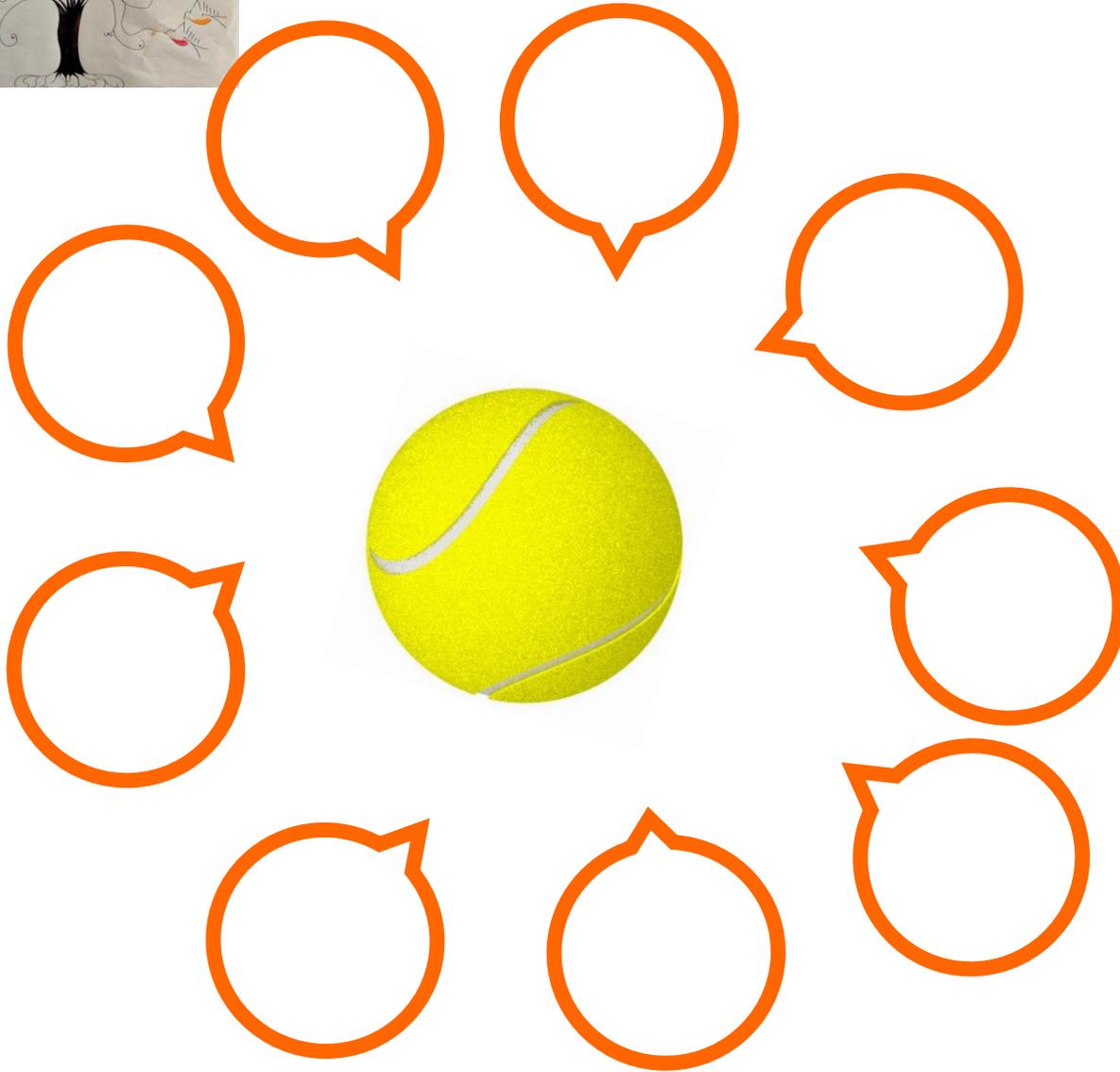
PARITE

AUDACE – CREATIVITE – CURIOSITE

LIBERTE

PLAISIR

Tour de chaises



- Quelle est votre météo du jour ?
- Envie de partager une réflexion / hier ?
- Quel ingrédient proposez-vous de mettre dans la journée ?



Stéphanie

Jean
Baptiste

Enveloppes...

Corinne

Jean D.

Christelle

Maria Ri.

Céline Gr.

Jean B.

Céline
Go.

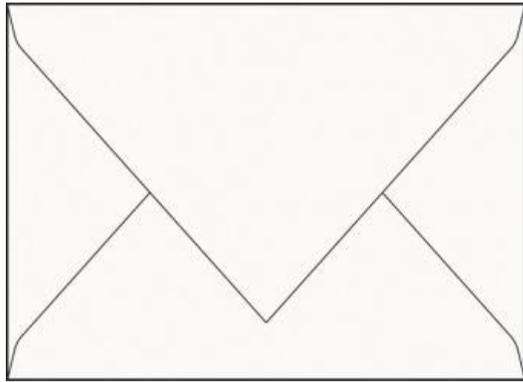
Maria Ro.

Sandra

Laurence

Magali

Enveloppes...



Au cours de la journée,
glisser un mot dans l'enveloppe des uns et des
autres avec ...

Les talents, qualités, ressources

- ...que vous avez découvert chez la personne
- ...dont elle a fait preuve
- ...qui vous surprennent ou qui vous impressionnent



*Léger rappel...
où en sommes nous ?*





En 2025, grâce à notre équipe audacieuse, nous sommes acteurs d'une **cohésion fondée sur le partage et l'accompagnement.**

La **responsabilisation** et la **communication** sont au cœur de l'**épanouissement** dans un **cadre sécurisé.**

Nos valeurs



TOLERANCE
SINCERITE
SOLIDARITE
TRANSMISSIONS
ACCOMPLISSEMENT









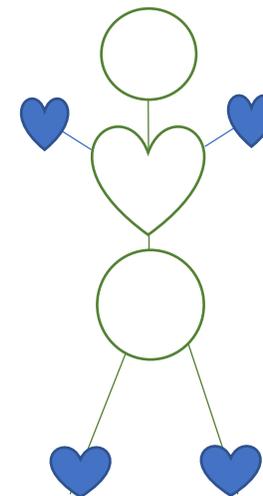
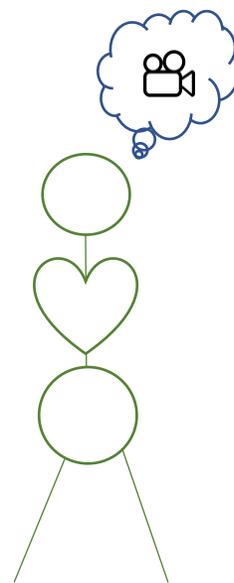
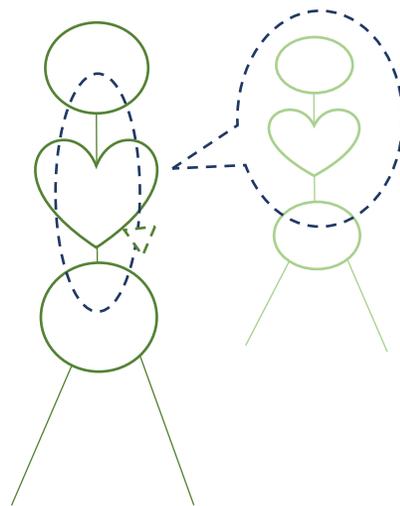
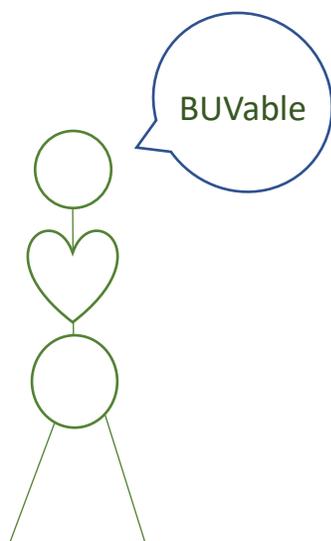
Les gens qui veulent fortement une chose sont presque toujours bien servis par le hasard

Honoré de Balzac

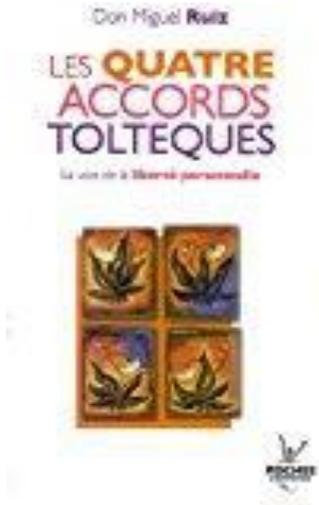


4 ACCORDS TOLTEQUES

Pour avoir des clés supplémentaires !



LES TOLTEQUES ...



Philosophie de vie pré-aztèque remise au goût du jour en 1997 avec la parution du livre Les quatre accords toltèques de Miguel Ruiz.

Code de « bonne conduite » pour soi et pour autrui,

- Se débarrasser naturellement des mécanismes encombrants
- Instaurer une sérénité dans nos relations, dans nos attitudes face à la vie

A vous ... 2 par 2

10 mn



Je fais attention à mon dialogue intérieur

À chaque fois que j'émets une critique, je me parasite. Je m'arrête un instant et je me dis intérieurement : « ce n'est qu'un jugement, qu'il passe son chemin », et je reviens pas à pas à une parole impeccable.

J'ai une part de responsabilité dans les tensions que je vis avec l'autre

En y réfléchissant attentivement, le conflit ne commence jamais à la première attaque, mais à la deuxième, quand je choisis de répondre à celle-ci.

Je vérifie les graines que j'ai semées

Si je n'aime pas ce que je récolte aujourd'hui, je vérifie les pensées ou les paroles que j'ai semées en moi hier. Tout comme les lois de la nature, si je plante une graine de rosier, je ne peux qu'espérer un rosier.

Je t'écoute avec bienveillance

Savoir écouter l'autre, ce n'est pas nécessairement le conseiller, lui donner notre avis. C'est aussi savoir taire ce bavardage intérieur qui mène au jugement. C'est aussi rester silencieux pour lui laisser toute la place.

1 carte par personne :

1 carte de chaque couleur

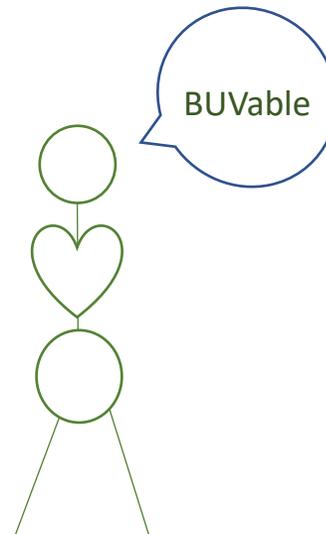
- Echange sur les 2 cartes
- De quelle façon ça peut faire écho avec le quotidien au travail ??





QUE VOTRE PAROLE SOIT IMPECCABLE

*Donner à notre expression une dimension
bienveillante dans le respect de soi et de l'autre*





A VOUS...

Couleur violette



DES TRUCS POUR REUSSIR !



+ La parole est créatrice ! Le pouvoir des mots :
Adopter un langage positif, vrai, juste et utile.

+ L'intention change tout

+ L'intention est transmise par le non verbal : Message vocal + Langage corporel

+ L'importance du « JE » (ou le « TU » tue).

+ Les jugements de valeur négatifs ou les comparaisons

+ COMPARAISON = POISON

*Toujours / Jamais
Trop ou Pas assez
Plus ou moins*

Les rumeurs

*Les trucs qui ne
servent à rien*

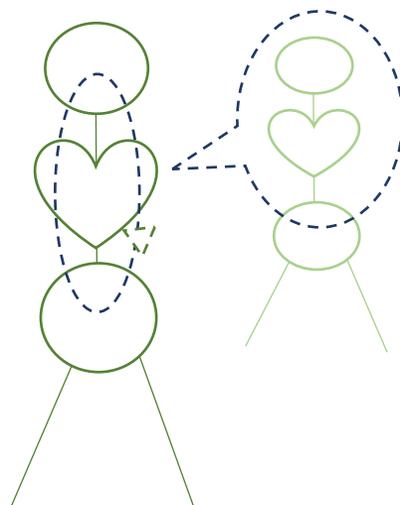
Médisance

Les comparaisons



QUOIQU'IL EN SOIT, N'EN FAITES PAS UNE AFFAIRE PERSONNELLE

Ne pas prendre systématiquement contre soi ce que l'autre nous dit. Ne pas dépendre de ce que l'autre dit ou pense de nous.



A VOUS...





- + **A chacun sa vérité selon son prisme**
- + **Chacun a le droit d'avoir ses idées**
- + **Personne ne se réduit à une idée**
- + **Invitation à la confiance** : nous seuls savons ce qu'il se passe en notre for intérieur.
- + **« Poison émotionnel »** = pouvoir que nous accordons aux mots négatifs contre nous.

Exprimer ses émotions est une preuve de faiblesse

Savoir exprimer ses émotions démontre une force intérieure

Le travail est une source d'épanouissement

Le travail est un devoir difficile et fatigant

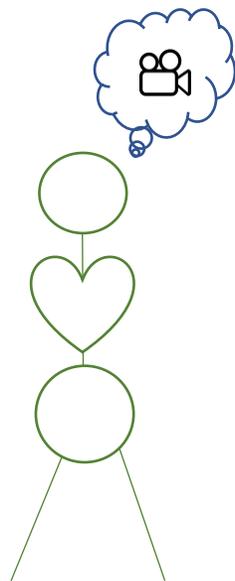
L'étage est toujours sale.

Vous n'êtes pas organisé.



NE FAITES AUCUNE SUPPOSITION

Prendre conscience que nous passons notre temps à faire des suppositions qui sont quasiment toutes fausses et négatives





A VOUS...



DES TRUCS POUR REUSSIR !



Une supposition

Est une hypothèse que nous considérons comme tout à fait probable et même certaine.

+ Notre vérité n'est pas universelle, elle n'est pas forcément la réalité

+ Les suppositions usent de l'énergie

+ Les autres ne sont pas des devins

+ Demander des éclaircissements : Poser des questions claires, pour avoir des réponses claires

Elle ne m'a pas répondu, elle ne m'aime pas, c'est sur.

Quand elle fait une queue de cheval, c'est qu'elle est de mauvaise humeur

Il ne m'a pas dit merci, c'est un impoli

Tu aurais du le savoir



« Quelqu'un se baigne de bonne heure : ne dis pas que c'est mal ; dis que c'est de bonne heure.

Quelqu'un boit beaucoup de vin : ne dis pas que c'est mal; dis qu'il boit beaucoup de vin.

Car avant d'avoir reconnu comment il en juge, d'où peux-tu savoir si c'est mal ?

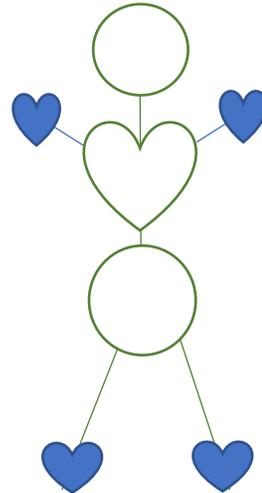
Ainsi il ne t'arrivera pas d'avoir des idées évidentes de certaines choses et d'acquiescer à d'autres ».

Épictète



FAITES TOUJOURS DE VOTRE MIEUX

**Faire ce qui est en notre pouvoir, et seulement en notre pouvoir,
pour éviter le « trop » qui épuise et décourage, et le « pas assez »
qui entraîne les regrets**





A VOUS...



Quelles cartes ?
De quelle façon ça peut faire écho
avec le quotidien au travail ??



DES TRUCS POUR REUSSIR !

Je dois – Il faut

*Je pourrai faire plus ou mieux,
mais bon... pour quoi, pour qui ?*

Ca changera jamais

*Je ne le fais pas, de toutes
façons... Ca ne se verra pas*

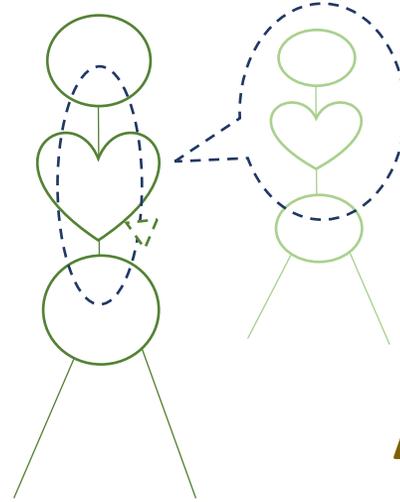
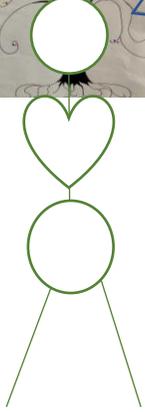
- + Un mieux qui varie
- + Faire de son mieux rend plus heureux
- + Favoriser son estime et la confiance en soi
- + Mettre du cœur à l'ouvrage
- + Valoriser et faire des compliments
- + Tirer des enseignements des difficultés ou erreurs

LIVRER LE MEILLEUR DE SOI EST TOUJOURS UNE POSTURE GAGNANTE. ELLE PERMET DE RAYONNER ET S'OCTROYER TOUTES LES CONDITIONS DE LA REUSSITE.



1

**QUE VOTRE PAROLE
SOIT IMPECCABLE**

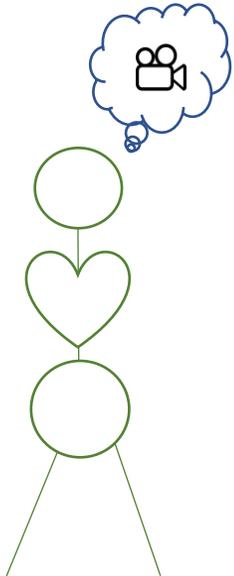


2

**QUOIQUE'IL EN SOIT,
N'EN FAITES PAS UNE
AFFAIRE PERSONNELLE**

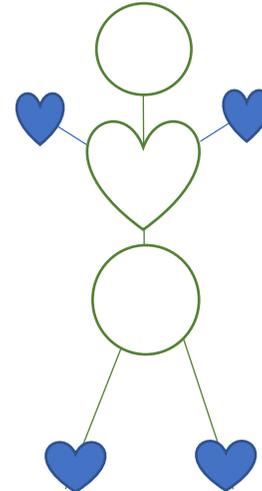
3

**NE FAITES AUCUNE
SUPPOSITION**



4

**FAITES TOUJOURS
DE VOTRE MIEUX**





L'IMPACT DE LA PAROLE

**CHOISIR SES PENSEES ET
SES MOTS**





Stéphanie

Jean
Baptiste

Enveloppes...

Corinne

Jean D.

Christelle

Maria Ri.

Céline Gr.

Jean B.

Céline
Go.

Maria Ro.

Sandra

Laurence

Magali



*Et si nous adoptions un code
déontologique, des lignes de
conduite ou principes de
fonctionnement responsables
?*



*Que chacun puisse
s'appropriier et incarner
Un code que nous pourrions
afficher que nous pourrions
afficher*

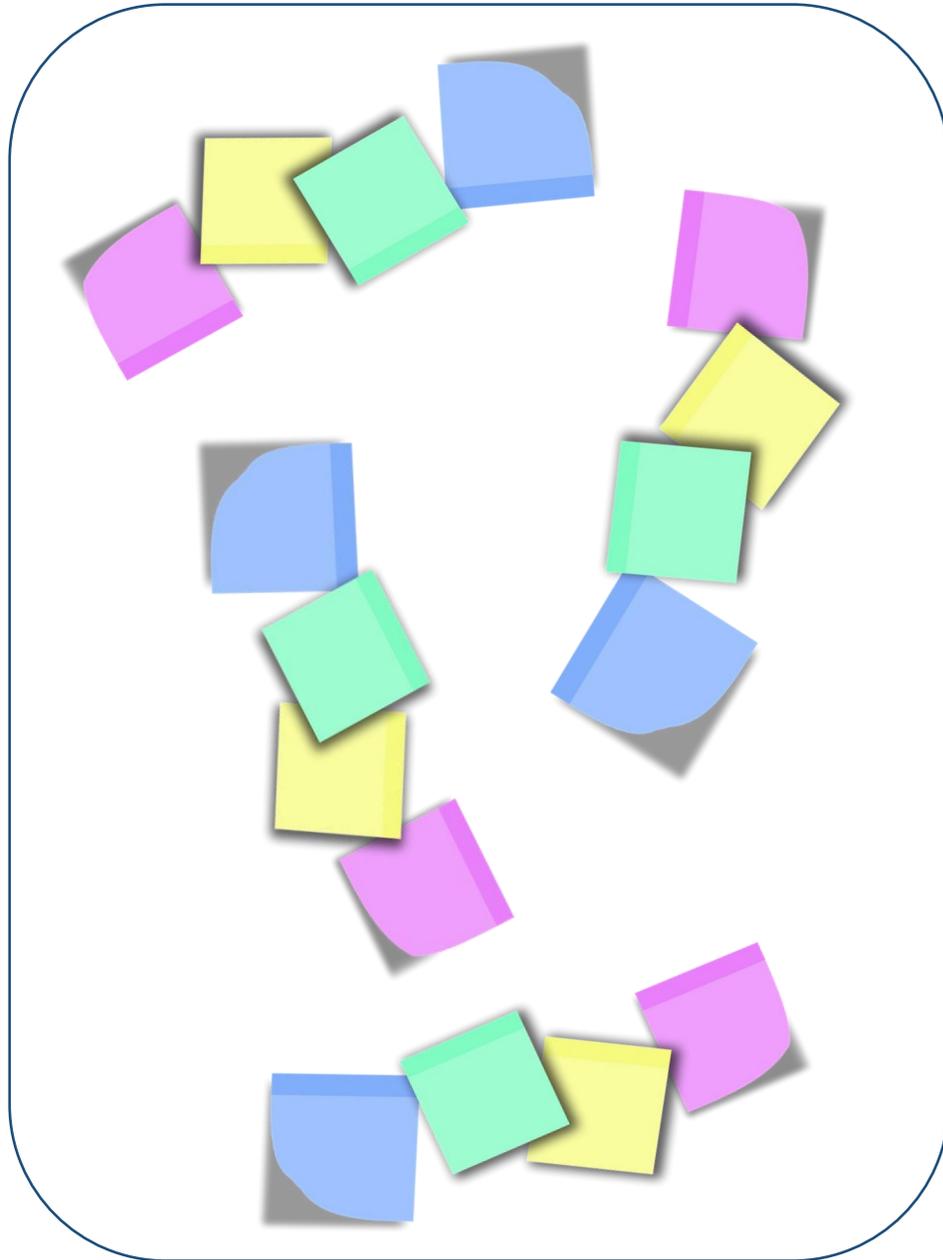


Par Groupe de 5
30 minutes

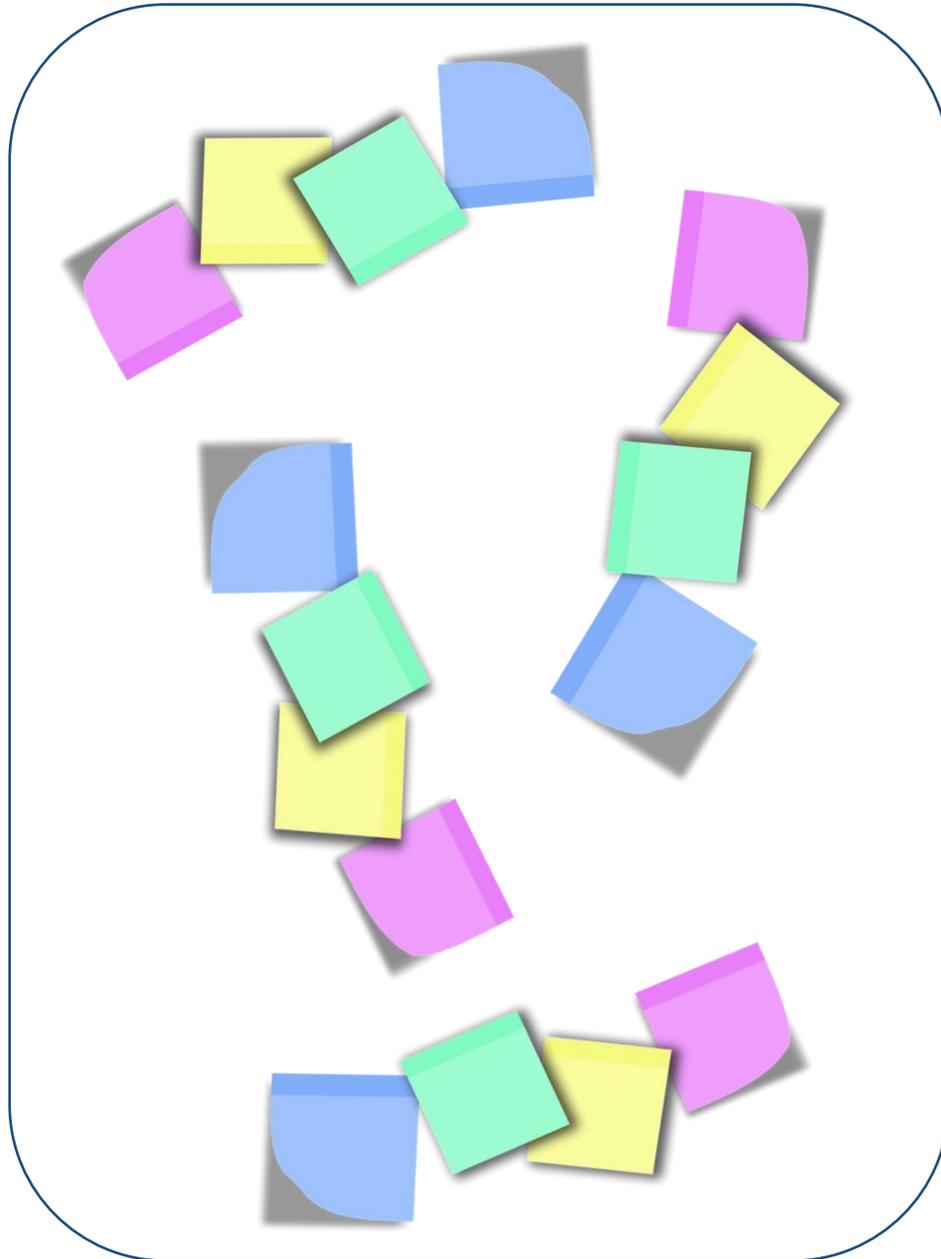
5 principes fondamentaux

Qui nous permettent de nous guider vers
les 5 caractéristiques principales de notre
projet QVT.

*« Si je cherche une responsabilisation 100 %, quelle ligne de
conduite fondamentale à respecter ? »*



Présentation
Explication
Clarification



On trie
On choisit

5
codes
favoris



Nous reprenons les situations présentées.
Si nous les alignons avec les lignes
conductrices, progressons nous vers notre
projet QVT ?



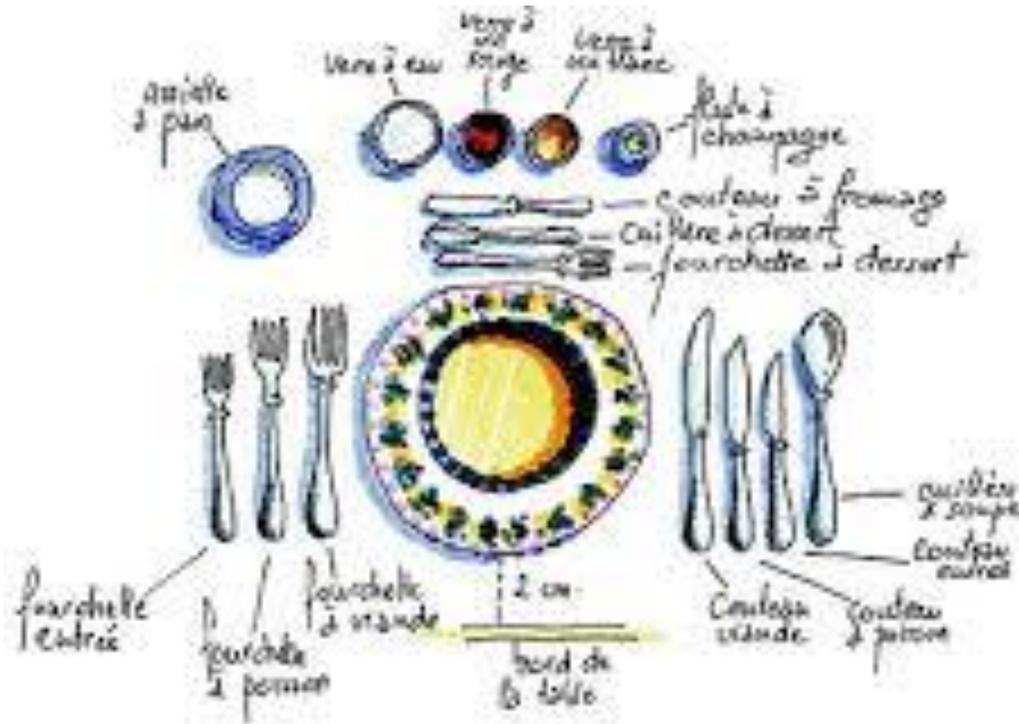
Est-ce OK pour tout le monde ?
Quelques minutes pour s'assurer que nous
sommes bien d'accord

A VOUS ...

- *Oui*
- *Non*
- *Et si ?*



Une pause s'impose



pour un déjeuner : serviette pliée, de l'assiette.
 pour un dîner : pliée à gauche de l'assiette et des couverts.



Stéphanie

Jean
Baptiste

Enveloppes...

Corinne

Jean D.

Christelle

Maria Ri.

Céline Gr.

Jean B.

Céline
Go.

Maria Ro.

Sandra

Laurence

Magali

Besoin de synthétiser :



- Raconter ce que nous avons fait
- Pour QUOI ce projet ?
- Présenter la vision et le cadre (valeurs et lignes conductrices), à travers une présentation concise
- L'expliquer

Se l'approprier, la vivre et la diffuser



Seul,
15 minutes

J'écris dans les grandes lignes la synthèse

- Raconter ce que nous avons fait, de quoi étaient constituées les journées
- Pour QUOI ce projet ?
- Présenter la vision et le cadre (valeurs et lignes conductrices), à travers une présentation concise
- L'expliquer



2 par 2
2 x 4 minutes

J'explique à mon partenaire dans les grandes lignes la synthèse

- Raconter ce que nous avons fait
- Pour QUOI ce projet ?
- Présenter la vision et le cadre (valeurs et lignes directrices), à travers une présentation concise
- L'expliquer





Grâce à notre équipe audacieuse, nous sommes acteurs d'une **cohésion fondée sur le partage et l'accompagnement.**

La **responsabilisation** et la **communication** sont au cœur de l'**épanouissement** dans un **cadre sécurisé.**

Nos valeurs



TOLERANCE
SINCERITE
SOLIDARITE
TRANSMISSIONS
ACCOMPLISSEMENT



TOLERANCE
SINCERITE
SOLIDARITE
TRANSMISSIONS
ACCOMPLISSEMENT

- Je décide de la météo de ma journée pour qu'elle soit la meilleure possible
- J'agis en sincérité, et je respecte ta différence
- J'apporte ce que je suis, mes forces et mes faiblesses
- Je contribue à un climat d'entraide et de confiance
- Toutes les idées font avancer. J'ose !

Grâce à notre équipe audacieuse, nous sommes acteurs d'une **cohésion fondée sur le partage et l'accompagnement.**

La **responsabilisation** et la **communication** sont au cœur de l'**épanouissement** dans un **cadre sécurisé.**



Je présente dans les grandes lignes la synthèse

- Raconter ce que nous avons fait
- Pour QUOI ce projet ?
- Présenter la vision et le cadre (valeurs et lignes conductrices), à travers une présentation concise
- L'expliquer



BRAVO !



ET MAINTENANT

?



- > *Supports de communication*
Affiches, badges, site
- > *Affichage des informations,*
groupes ?
- > *Relais d'information*



VOUS AVEZ LE POUVOIR de...

Choisir mes mots, mes pensées

Choisir mon attitude

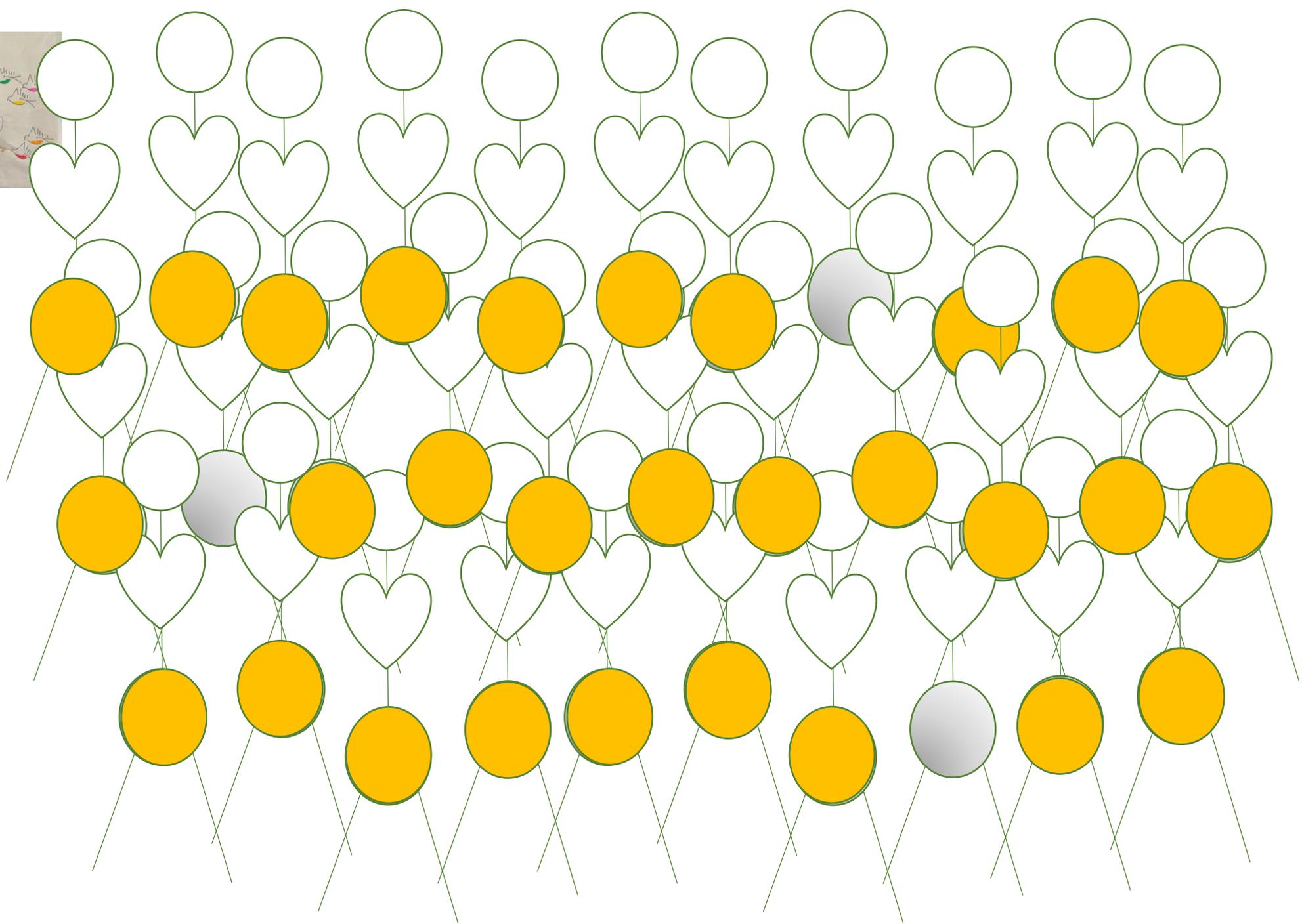
D'être source de proposition

D'être acteur de ma Qualité de Vie



*De livrer le
meilleur de vous
D'incarner
De rayonner
Et d'attirer*







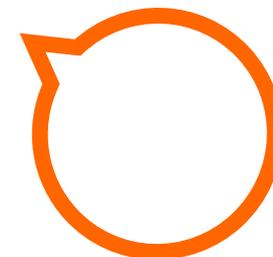
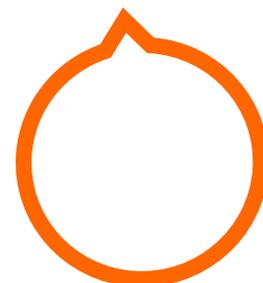
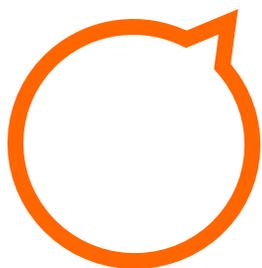
- Avec quoi vous ressortez ?
- Qu'avez-vous découvert ?
- Qu'est-ce que ça éveille chez vous ?



Est-ce que vous êtes prêt(e) à incarner le projet, notre ligne de conduite, les valeurs ?



Est-ce que vous êtes prêt (e) chacun d'entre vous et ensemble à le diffuser ?





Stéphanie

Jean
Baptiste

Enveloppes...

Corinne

Jean D.

Christelle

Maria Ri.

Céline Gr.

Jean B.

Céline
Go.

Maria Ro.

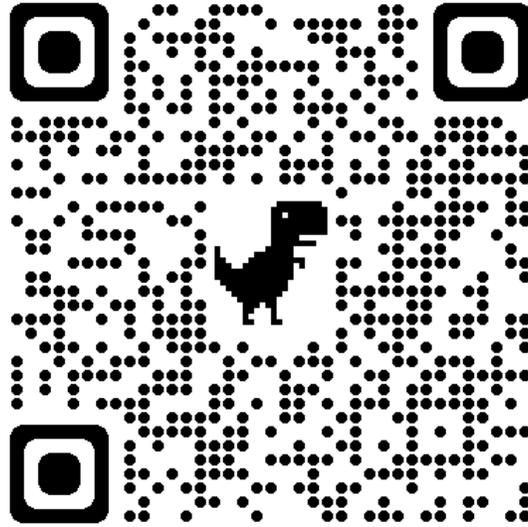
Sandra

Laurence

Magali



EVALUATION





BRAVO !



Quelles sont les conditions essentielles au travail qui permettent de se sentir bien ?





« Le futur n'est pas un endroit où nous allons mais un lieu que nous créons »

John Schaar



« L'homme qui avance avec assurance dans le sens de ses rêves pour vivre la vie qu'il a imaginée, connaîtra une réussite inattendue »

Henry David Thoreau, dans Lynch et
Kordis



« Le jour où les membres d'une équipe croient qu'ils ont la capacité de réaliser des objectifs exigeants et le talent pour y parvenir, l'ascension est foudroyante.

Lorsque les membres d'une équipe désirent et rêvent ensemble, ils font arriver l'impossible.

Et surtout, ils prennent plaisir à le faire ».

Gendreau



« Les pieds sur la terre et le regard tourné vers le ciel, perpétuel aller-retour entre le dessein et le quotidien, la vision en action est l'apanage de celui qui sait accrocher sa charrue à une étoile. »

Le Saget



L'AIGLON QUI SE CROYAIT UNE POULE

Un promeneur en montagne découvrit un nid d'aigle abandonné où il trouva un oeuf. Il le prit avec délicatesse et le confia à un fermier, dans l'espoir de le faire couvrir par une poule.

Peu de temps après, naquit un aiglon parmi une couvée de poussins. La poule en prit soin et l'éleva comme le reste de ses rejetons.

Un jour, il vit un aigle planer dans le ciel. Il dit tout haut: "Quand je serai grand, je volerai comme cet oiseau." Il s'attira le ridicule des autres poussins qui déclarèrent: "Tu es une poule comme nous!" Tout honteux, l'aiglon continua de se comporter comme une poule et de picorer des grains.

Voyant grandir l'aiglon, le fermier voulut le faire voler. Le prenant dans ses mains, il le lança dans les airs. Mais l'aiglon, convaincu qu'il ne pouvait voler, n'ouvrit pas les ailes. Il atterrit maladroitement sur le sol, provoquant un fou rire général dans la basse-cour.

Un peu plus tard, le fermier fit un second essai. Cette fois, il monta sur le toit de la grange avec l'aiglon et il le lança dans le vide en disant: "Vole, tu es un aigle!" Timidement, l'oiseau ouvrit les ailes et se mit à planer au dessus de la basse-cour avant de s'envoler vers la montagne.



Les gens qui veulent fortement une chose sont presque toujours bien servis par le hasard

Honoré de Balzac