ESPACE BIEN-ÊTRE

Conseil & Orientation

# CATALOGUE DE PRIX

ESPACE BIEN-ÊTRE - Conseil & Orientation

*Un espace pour être écouté, accompagné et avancer.*

# Un espace pour être écouté, accompagné et avancer.

Notre espace accueille les particuliers, les couples et les professionnels. Nous proposons un accompagnement adapté aux besoins de chacun, dans un cadre respectueux, bienveillant et confidentiel, selon les règles applicables à chaque intervention.

## 01

## Santé mentale en milieu de travail

### Accompagner les salariés et soutenir les organisations.

Nous accompagnons les personnes confrontées à des difficultés professionnelles : surcharge de travail, tensions relationnelles, perte de motivation, changements organisationnels ou épuisement.

Pour les entreprises, nous proposons également des actions de sensibilisation et de prévention des risques psychosociaux.

| PRESTATION | DURÉE INDICATIVE | TARIF PROPOSÉ |
|---|---|---|
| Entretien individuel | 45 minutes | **50 000 FCFA** |
| Atelier collectif — jusqu'à 10 participants | 2 heures | **200 000 FCFA** |
| Programme d'accompagnement des salariés | Selon les besoins | Sur devis |
| Diagnostic des risques psychosociaux | Selon le périmètre | Sur devis |

> Les consultations financées par une entreprise préservent la confidentialité des échanges individuels. Les modalités de restitution à l'employeur sont définies préalablement.

ESPACE BIEN-ÊTRE
Conseil & Orientation

# 02
## Consultation psychologique

**Comprendre ses difficultés et bénéficier d'un accompagnement adapté.**

Un psychologue vous accueille pour explorer les difficultés émotionnelles, personnelles ou relationnelles qui affectent votre quotidien et définir avec vous les modalités d'un éventuel suivi.

| PRESTATION | DURÉE INDICATIVE | TARIF PROPOSÉ |
|---|---|---|
| Première consultation | 45 minutes | **30 000 FCFA** |
| Consultation de suivi | 45 minutes | **25 000 FCFA** |

# 03
## Conseil et accompagnement personnel

**Prendre du recul, clarifier ses objectifs et préparer ses décisions.**

Cet accompagnement s'adresse aux personnes qui souhaitent traverser une période de changement, renforcer leur confiance ou construire un projet personnel ou professionnel.

| PRESTATION | DURÉE INDICATIVE | TARIF PROPOSÉ |
|---|---|---|
| Séance individuelle de conseil | 45 minutes | **40 000 FCFA** |
| Parcours de trois séances | 3 × 45 minutes | **100 000 FCFA** |

> Le conseil ne se substitue pas à une prise en charge psychologique ou médicale lorsque celle-ci est nécessaire.

**ESPACE BIEN-ÊTRE**
Conseil & Orientation

# 04
## Thérapie de couple

**Créer un espace de dialogue et travailler sur les difficultés relationnelles.**

L'accompagnement permet d'aborder les incompréhensions, les conflits récurrents, les difficultés de communication et les transitions qui affectent la vie du couple ou de la famille.

| PRESTATION | DURÉE INDICATIVE | TARIF PROPOSÉ |
|---|---|---|
| Séance de couple | 45 minutes | **40 000 FCFA** |

> La pertinence des séances conjointes est appréciée par le professionnel lors du premier échange.

# 05
## Gestion du stress et de l'anxiété

**Identifier les sources de tension et développer des moyens d'y faire face.**

Nous proposons un accompagnement pour mieux comprendre les manifestations du stress, repérer les situations déclenchantes et développer des stratégies adaptées au quotidien.

| PRESTATION | DURÉE INDICATIVE | TARIF PROPOSÉ |
|---|---|---|
| Séance individuelle | 45 minutes | **40 000 FCFA** |
| Parcours de quatre séances, si adapté au besoin | 5 x 45 minutes | **200 000 FCFA** |
| Atelier collectif — jusqu'à 10 participants | 90 minutes | **200 000 FCFA** |

# Modalités pratiques

**01**

**Consultations sur rendez-vous,** en présentiel ; à distance lorsque cela est adapté.

**02**

Le type d'accompagnement et le tarif sont confirmés avant la séance.

**03**

Le nombre de séances est défini selon les besoins, sans obligation de souscrire un forfait.

**04**

Les consultations psychologiques et les thérapies sont assurées par des professionnels disposant des qualifications et habilitations nécessaires.

**05**

Une orientation vers un autre professionnel peut être proposée lorsque la situation le nécessite.

**06**

Les prestations en entreprise et les déplacements font l'objet d'un devis spécifique.

ESPACE BIEN-ÊTRE

Conseil & Orientation

PRENDRE RENDEZ-VOUS

# Un espace pour être écouté, accompagné et avancer.

ESPACE BIEN-ÊTRE

Conseil & Orientation