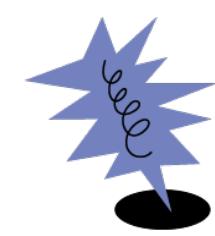


# Consultation individuelle « Activer ses ressources »

Prévention des risques psychosociaux (RPS)



**unisanté**

Centre universitaire de médecine générale  
et santé publique • Lausanne

## Public cible :

Collaborateur·trice·s

## Votre situation

- Vous vous sentez stressé, épuisé ou ressentez des tensions au travail ? Vous souhaitez améliorer votre vécu au travail ?
- Votre vécu professionnel se dégrade et vous vous questionnez sur d'éventuelles conséquences sur votre santé ?
- Vous souhaitez avoir du soutien pour y voir plus clair ?

### Description de la prestation

Unisanté vous propose un format de consultation spécialisée « Activer ses ressources » pour analyser votre situation professionnelle et trouver des pistes d'action (hors situations de conflit ou de harcèlement).

Cette consultation n'est pas une consultation de soins d'urgence, mais elle permet une analyse approfondie de la situation professionnelle pour orienter les ressources à mobiliser.

### Déroulement de la prestation

- Jusqu'à 3 consultations d'une heure espacées dans le temps pour permettre un suivi personnalisé.
- Bilan à l'aide d'un questionnaire sur les facteurs de risques psychosociaux.
- Analyse de la situation professionnelle basée sur les résultats du questionnaire.
- Identification des pistes d'action à mettre en place pour favoriser le maintien ou le retour en emploi.

### Comment bénéficier de la prestation ?

Contactez-nous par e-mail :  
[dste.cst@unisante.ch](mailto:dste.cst@unisante.ch),  
remplissez le formulaire de contact en ligne  
[www.unisante.ch/acv](http://www.unisante.ch/acv)  
ouappelez-nous au  
021 314 44 95.

**ÇA VAUD LA PEINE !**