

Préface du Docteur Eric SERMET

Le **LIVRE BLANC**  
de la **PRÉVENTION** /  
**SANTÉ**  
en **ENTREPRISE**

UN OUVRAGE COLLECTIF

*publié par le réseau des Centres de Gestion du Stress pour les entreprises*



**CENTRES  
DE GESTION  
DU STRESS**



**PRÉVENTION SANTÉ & RÉGULATION DU STRESS**

*Céline Dalbéra - Directrice du CGS Côte d'Azur*

*Ce Livre Blanc nous ressemble, il porte nos compétences et nos valeurs ...*

**Céline Dalbéra,**

*Directrice du Centre de gestion du stress Côte d'Azur, j'ai co-écrit le chapitre VI*

**« Penser, panser santé : un mouvement subtil  
qui conjugue écologie personnelle et écologie collective »**

Alors que 64% des Français déclarent ressentir du stress au travail au moins une fois par semaine, et que 2,5 millions sont en état de burn-out sévère\*, il y a urgence à repenser notre façon d'envisager la Santé - tant sur le plan collectif qu'individuel.

Dans ce contexte, le Réseau des Centres de Gestion du Stress publie son "**Livre blanc de la Prévention Santé en entreprise**", un ouvrage collectif mettant en exergue une autre façon d'envisager ce sujet complexe.

Riche en articles scientifiques, témoignages et outils, il est le fruit de longues années de travail, de formations, d'interventions dans les entreprises.

\* Enquête Executive Horizons



**"La crise sanitaire a mis la santé au travail  
au cœur des préoccupations, faisons de cette épreuve une opportunité."**

4<sup>ème</sup> Plan Santé au Travail 2021 - 2025

Le Livre blanc de la Prévention Santé en entreprise est un ouvrage imprimé de plus de cent pages préfacé par le Dr Eric Sermet, MD, PhD.

Accessible à toutes et tous, il se veut avant tout humaniste et porteur d'outils simples à mettre en œuvre.

Il reflète les compétences et les valeurs des experts de Prévention Santé au travail du réseau des Centres de gestion du stress.

Au sein des CGS, j'apporte ma contribution sous forme d'accompagnements en Résilience appréciative, Pédagogie perceptive, Parcours Santé au travail®, coachings individuels...



**CENTRES  
DE GESTION  
DU STRESS**



Ingénieure de formation, Céline Dalbéra est riche de son passé d'enseignante, de formatrice, de paysagiste et d'animatrice des ventes.

Coach Maître praticien depuis près de 20 ans et **Directrice du Centre de gestion du stress Côte d'Azur**, elle a déjà accompagné près d'un millier de personnes.

Ses accompagnements reposent sur le respect de "l'écologie personnelle" et de "l'écologie de l'organisation" ; elle accorde une attention toute particulière à la cohérence entre ces deux "écologies", individuelle et collective et, plus généralement, à l'harmonie entre le corps, l'énergie et l'esprit.

Le travail holistique et original de Céline Dalbéra invite à **honorer et cultiver le vivant en soi et dans votre organisation, à vous appuyer sur vos forces pour déployer tout votre potentiel d'Être & d'Agir.**

Perma'cultrice du vivant dans les systèmes humains

Ingénieure & Coach holistique accréditée Maître Praticien EMCC

*Accompagnements entreprises et institutionnels*

*Résilience - Prévention Santé - Réussite de projets*

[celine.dalbera@jardins-daccords.fr](mailto:celine.dalbera@jardins-daccords.fr) | 06 14 48 78 02 | [jardins-daccords.fr](http://jardins-daccords.fr)

[celine-dalbera-jardinsdaccords](http://celine-dalbera-jardinsdaccords)

