

CHARTRE LIGHTHOUSE

L'Association pour la Santé au travail des secteurs Tertiaire et Financier est un service de santé qui existe depuis que le Luxembourg dispose d'un cadre légal pour le suivi de la santé et du bien-être des salariés sur leurs lieux de travail. Un des risques majeurs pour la santé physique et mentale des employés du secteur tertiaire et financier est le stress et l'épuisement.

Pour faire face à l'épuisement professionnel, l'ASTF a développé un programme spécifique, articulé autour de son équipe de médecins, psychologues, infirmières-sophrologues et coach en développement personnel. L'objectif poursuivi est d'accompagner les personnes dans le développement de ressources pour faire face, guérir ou prévenir l'épuisement professionnel.

Engagement

Le programme Lighthouse a été pensé dans une globalité, en alliant une approche individuelle et de groupe. L'ensemble des activités ainsi que l'ordre dans lequel elles sont présentées, a été réfléchi pour permettre un accompagnement optimal.

De ce fait, l'assiduité aux différentes séances est essentielle. Pour vous permettre d'être présent.e.s, votre inscription au programme lighthouse a fait l'objet de discussion avec vos employeurs, qui s'engagent à libérer le temps nécessaire pour les différentes activités, sans obligation de rattraper les heures de travail manquées. Un certificat de présence sera donné après chaque séance.

De plus, comme susmentionné, des séances en groupes ont été prévues (Formations, groupe de paroles et séances de sophrologie). Les groupes resteront les mêmes durant l'entièreté du programme. Il est possible que des personnes d'une même entreprise soit regroupées ensemble. Cependant, il vous est demandé de respecter la confidentialité de ces séances de groupes afin de garantir à chacun, la confiance de pouvoir s'exprimer.

Ainsi, en signant cette charte, vous vous engagez à :

- Être assidu.e aux séances
- Respecter la confidentialité des séances de groupes

Signature

.....