

ATELIER-FORMATION

CAMPUS 2024

6 & 7 novembre



Comment le Care Management peut transformer la gestion d'un cabinet d'expertise comptable ?

Animé par :

Céline HOCQUET
*Fondatrice de
Phare West & Co
Conseil et Coaching*





Présentation de Céline HOCQUET

Objectifs



Comprendre les trois piliers du Care Management (STP)



Expérimenter des outils concrets et **cocréer** des pratiques pour votre bien-être, celui des équipes et de la planète



Partager et recueillir des feedbacks pour appliquer le Care Management dans vos cabinets d'expertise comptable.

Pourquoi le Care Management?

Contexte : Transformations rapides, pression accrue, risques d'épuisement.

Care Management : Un levier pour favoriser le bien-être et l'efficacité durable.

Importance pour les cabinets : Améliorer l'engagement des collaborateurs, limiter le turnover, répondre aux attentes sociétales (RSE).

Les trois piliers : STP (Self-care, Team-care, Planet-care)



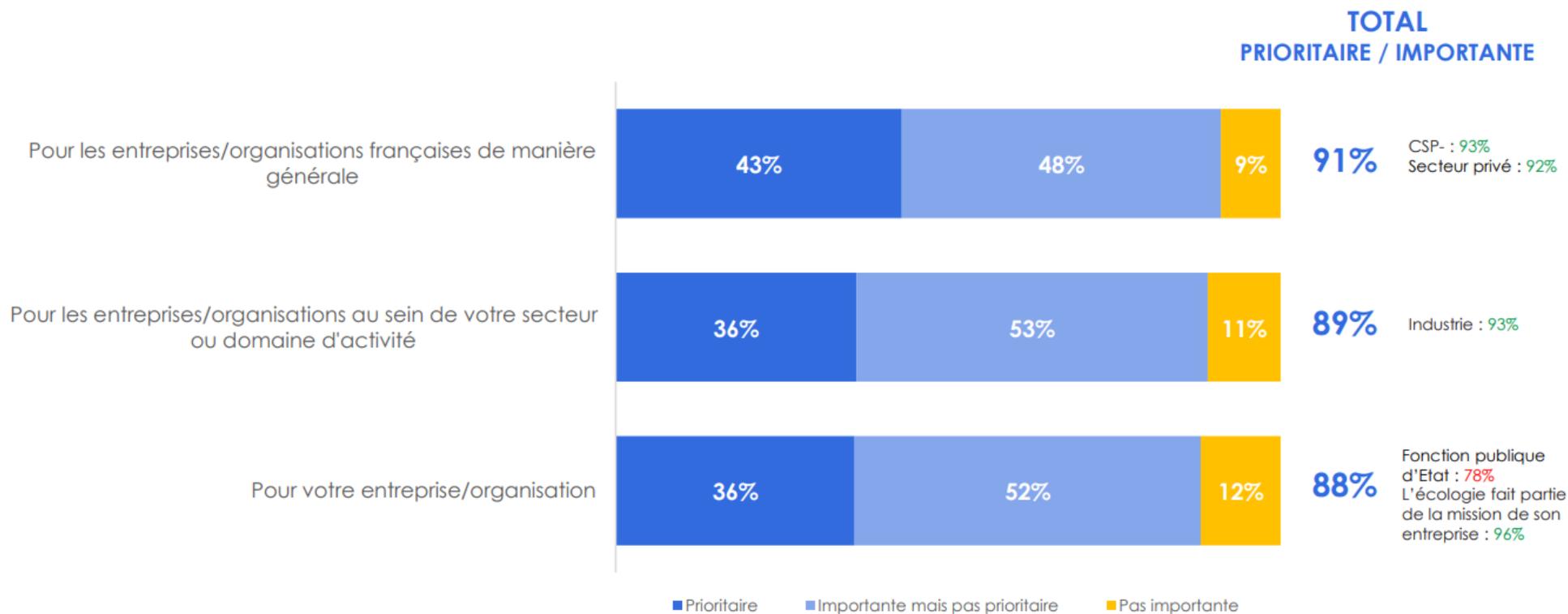
Equilibrer bien-être personnel, santé de l'équipe et impact écologique.

- **Self-care** : Prendre soin de soi pour mieux accompagner.
- **Team-care** : Créer un environnement de travail positif et stimulant.
- **Planet-care** : Réduire l'empreinte écologique du cabinet, donner du sens

Un enjeu au premier plan dans les entreprises françaises pour les salariés

Q4. Et diriez-vous que la transition écologique est aujourd'hui une préoccupation prioritaire, importante mais pas prioritaire ou pas importante...

Base : ensemble – une seule réponse possible par item



Source :enquête CSA 2021- auprès de salariés

Programme et interactions de l'atelier

1. Les Trois Piliers du Care Management

 **Self-care** : Prendre soin de soi pour être un leader résilient.

 **Team-care** : Renforcer l'engagement et la collaboration.

 **Planet-care** : Adopter des pratiques durables en entreprise.

2. Activités en Groupes et Partages

 Exercices en binôme et en petits groupes.

 Partage de pratiques concrètes en plénière.

3. Conclusion & Passage à l'Action

 Synthèse des apprentissages clés.

 Engagement individuel pour intégrer une pratique de Care Management.

**Self-care
is not
selfish**

Pilier 1 : Self Care



Pourquoi? Quel lien avec l'efficacité?



10 exemples de pratiques de self care



Prendre du temps pour soi quotidiennement

Accorder 10 à 15 minutes chaque jour pour se recentrer, que ce soit par la méditation, la respiration profonde ou simplement un moment de calme.



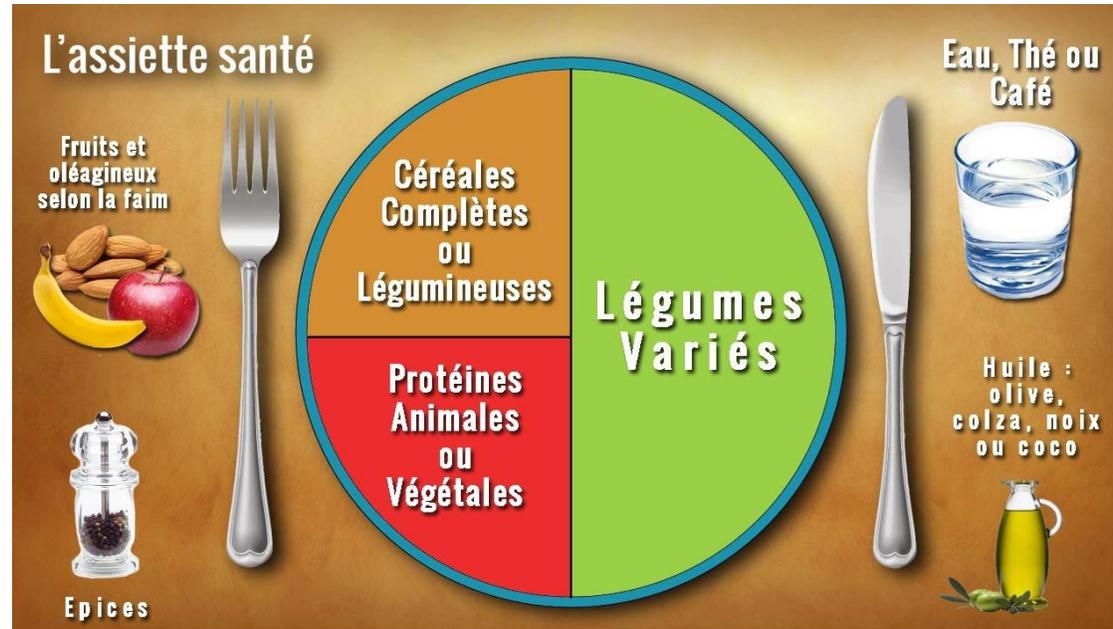
Maintenir une routine de sommeil régulière

Essayer de dormir 7 à 8 heures par nuit et de se coucher et se lever à la même heure, même les weekends, pour un meilleur équilibre et une énergie soutenue.



Faire de l'exercice régulièrement

Pratiquer une activité physique, même modérée, 3 à 4 fois par semaine. Marcher, courir, pratiquer le yoga ou danser sont d'excellents moyens de rester actif.



S'alimenter de manière équilibrée

Favoriser une alimentation riche en fruits, légumes, protéines et grains entiers. Éviter les excès de sucre, de caféine et d'aliments transformés.



Développer une routine de relaxation

Prendre le temps de se détendre le soir, que ce soit par la lecture, un bain chaud ou une activité apaisante pour aider à diminuer le stress.



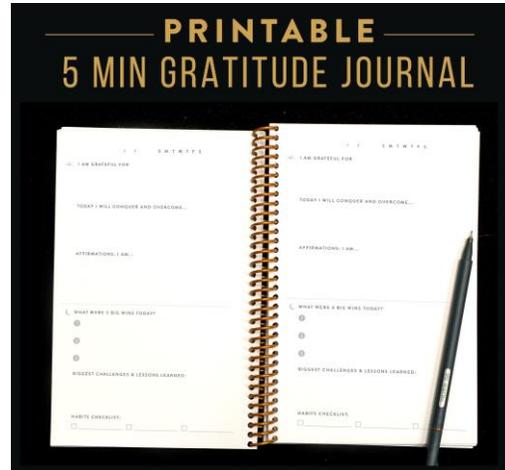
Limiter le temps passé sur les écrans

Faire des pauses régulières lorsque l'on travaille devant un écran et limiter les distractions numériques pour préserver ses yeux et son esprit.



Établir des limites saines dans ses relations

Apprendre à dire non quand nécessaire et à prioriser ses propres besoins, tout en maintenant des relations équilibrées et positives.



Tenir un journal de gratitude

Noter trois choses positives chaque jour pour cultiver la gratitude et encourager une vision plus optimiste de la vie.



S'hydrater régulièrement

Boire suffisamment d'eau tout au long de la journée pour maintenir un bon niveau d'énergie et favoriser la clarté mentale.



Consacrer du temps à un passe-temps

Se réserver du temps pour une activité qui procure du plaisir, que ce soit la lecture, la peinture, la cuisine ou le jardinage ou encore tout plaisir de votre choix, pour nourrir sa créativité et son bien-être émotionnel.

8 types of self care

PHYSICAL



nutrition
exercise
sleep

MENTAL



mindfulness
self-talk
therapy

EMOTIONAL



gratitude
triggers
journal

SPIRITUAL



meditate
nature
yoga

INTELLECTUAL



read
learn
hobbies

ENVIRONMENT



clean
safety

SOCIAL



boundaries
connection

FINANCIAL



budget
save



Activité 1 : Réflexion individuelle et partage en binôme

Ecrivez pour vous des pratiques que vous utilisez déjà ou que vous aimeriez utiliser pour développer le Self Care (« autosoins »)

Puis échangez en binôme



- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26

16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16

17 réponses envoyées

Qu'allez-vous développer dans le mois à venir?

Numérisez le QR ou utilisez le lien pour participer



<https://forms.office.com/e/ytiBQq5XSC>



Wordcloud
Toutes les réponses
< 1 sur 2 >

Cliquez pour ajouter des notes



16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16

17 réponses envoyées

Et en 2025?

Numériser le QR ou utiliser le lien pour participer



<https://forms.office.com/e/ytiBQq5XSC>

Copier le lien

Wordcloud Toutes les réponses

2 sur 2

relaxation Plus écran L alimentation
Routine Essayer Yoga
Repos temps **Sport sport**
intergenerationnalité Alimentation Moins
exercice Passe-temps

Concepteur

[Arrêter de me proposer des suggestions jusqu'au redémarrage de PowerPoint.](#)

Désolé... Nous n'avons pas pu générer d'idée de conception pour cette diapositive.

Si nous en avons à vous proposer, elles apparaîtront ici.

[Plus d'infos](#)



17 réponses envoyées

Et en 2025?

Numérisez le QR ou
utilisez le lien pour
participer



[https://forms.office.com/
e/ytiBQq5XSC](https://forms.office.com/e/ytiBQq5XSC)

Copier le lien



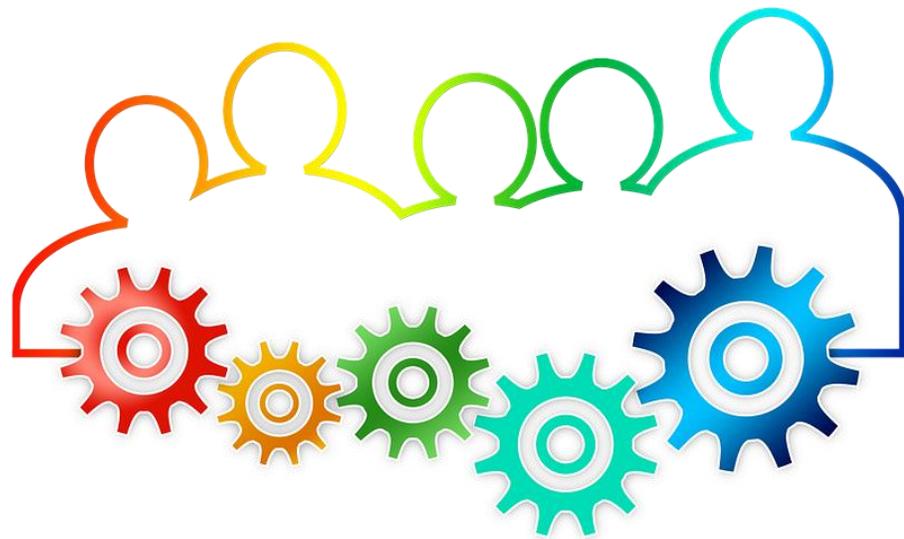
Wordcloud

Toutes les réponses



2 sur 2





Pilier 2 : Team Care



Pourquoi valoriser et respecter chaque collaborateur?



Engagement et Motivation

Résultats : reconnaissance , motivation , investissement , appartenance , productivité et fidélité.



Création d'un Climat de Confiance

Résultats: être à l'aise pour exprimer ses idées et ses opinions. Cela renforce la collaboration et permet de relever ensemble les défis avec plus de sérénité.



Développement Personnel et Professionnel

Résultats : se sentir valorisé permet à chacun d'évoluer et d'apporter le meilleur de soi-même et ouvre au partage des compétences ce qui concourt au développement global de l'équipe.



Réduction du Stress et des Conflits

Un cadre valorisant et respectueux réduit le stress et les tensions, rendant l'ambiance de travail plus agréable et productive.

Le respect encourage une écoute active et une meilleure gestion des désaccords.

Les valeurs clés



Confiance

Pilier pour une libre expression



Reconnaissance

Motivation et appartenance



Réciprocité

Le respect et l'entraide sont réciproques



Autonomie

Initiatives, responsabilisation



Sens et Impact

Créer un environnement où chacun voit l'impact de son travail renforce l'engagement et le sentiment de contribuer à un objectif commun.

Les compétences clés

1. Écoute Active

Savoir écouter sans interrompre, reformuler et comprendre les besoins, les idées et les préoccupations de chaque collaborateur.

2. Communication Empathique

Adopter une communication bienveillante, qui tient compte des émotions et des perspectives de chacun.

3. Reconnaissance et Valorisation

Exprimer régulièrement de la reconnaissance pour les contributions individuelles et collectives.

4. Gestion des Conflits

Favoriser le dialogue et la recherche de solutions positives. Oser « confronter »

5. Encouragement de l'Autonomie

Donner à chacun la liberté de prendre des initiatives et de s'approprier ses missions.

6. Sens de la Réciprocité et de la Coopération

Promouvoir un esprit de collaboration où l'aide et le soutien mutuel sont encouragés.

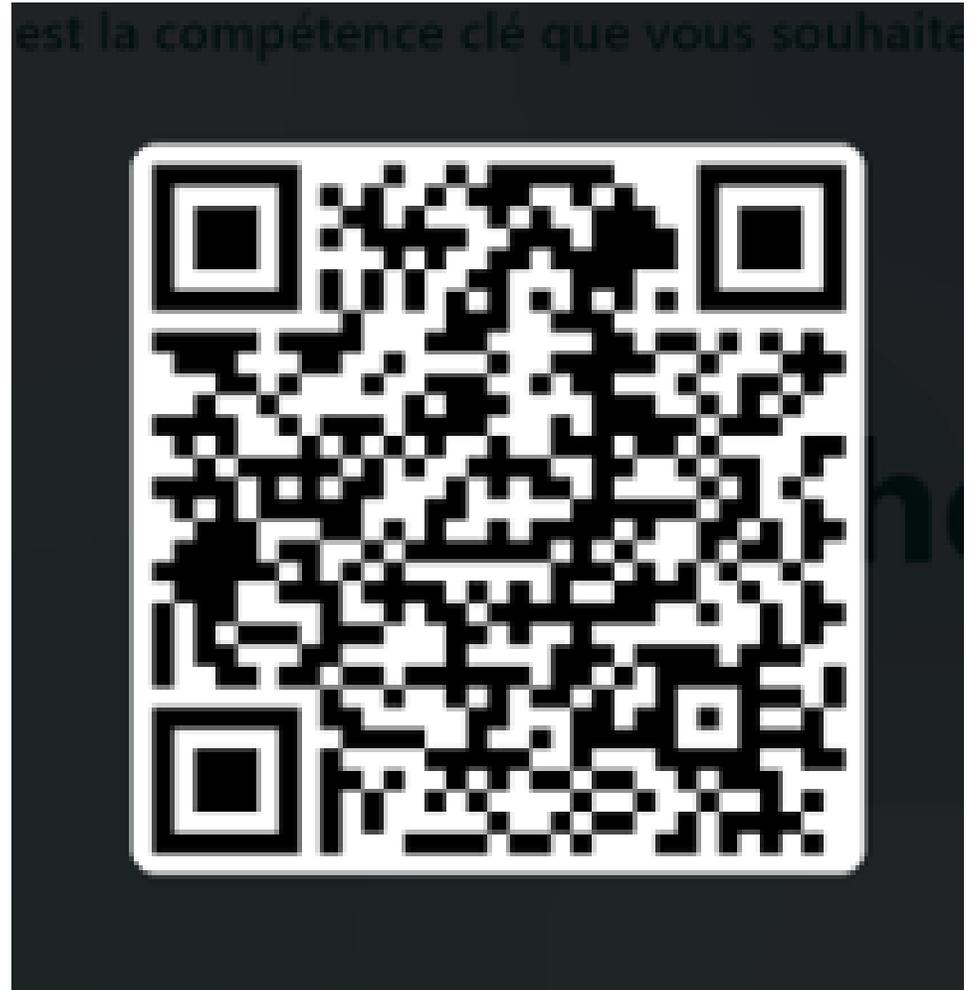


Activité 2: par groupe de 6

A partir d'une situation concrète dans votre groupe :

- gestion d'un conflit
- intégration d'un nouveau membre
- autre

Cocréez des réponses basées sur le Team Care .





22 réponses envoyées

Quelle est la compétence clé que vous souhaitez développer?

Numérisez le QR ou
utilisez le lien pour
participer



[https://forms.office.com/
e/GTQDFra335](https://forms.office.com/e/GTQDFra335)

Copier le lien



Wordcloud

Toutes les réponses



22 réponses envoyées

Quelle est la compétence clé que vous souhaitez développer?

Numériser le QR ou utiliser le lien pour participer



<https://forms.office.com/e/GTQDFra335>
Copier le lien

Wordcloud Toutes les réponses

1 sur 1

Wordcloud content: valorisation, Gestion conflits, autonomie, conflits, soi, Jejejhe, Empathie, Confiance, Communication, Oser, Reconnaissance, écoute, recul, Encouragement

Concepteur

Arrêter de me proposer des suggestions jusqu'au redémarrage de PowerPoint.

Désolé... Nous n'avons pas pu générer d'idée de conception pour cette diapositive.

Si nous en avons à vous proposer, elles apparaîtront ici.

[Plus d'infos](#)

Cliquez pour ajouter des notes



Pilier 3 : Planet Care

Pourquoi le Planet Care en cabinet d'expertise Comptable?

1. Répondre aux attentes des collaborateurs et des clients

Sensibilité collaborateurs et clients.

2. Réduction des coûts et optimisation des ressources

Diminuer les coûts de fonctionnement du cabinet.

3. Contribuer à la transition écologique

Influence vers les clients du cabinet en RSE.

4. Attirer et fidéliser les talents

Marque employeur-attraire des talents -fidélisation.

5. Renforcer la cohésion d'équipe et le sens

Travailler pour un objectif écologique commun crée un sentiment de fierté et de sens au sein des équipes, renforçant ainsi la cohésion et l'engagement collectif.

En s'engageant dans le Planet-Care,
un cabinet d'expertise comptable devient

un acteur du changement

alignant performance et responsabilité
environnementale pour un impact durable.

NOUS POUVONS
TOUS GRANDIR



EN SACHANT QUE
NOUS SOMMES
ACTEURS DE CHANGEMENT.

10 exemples de pratiques durables en cabinet d'Expertise Comptable

Réduction des Impressions Papier

Limiter les impressions aux documents strictement nécessaires. Utiliser des solutions de signature électronique et de stockage numérique.

Utilisation de Fournitures Écoresponsables

Acheter du papier recyclé, des cartouches d'encre remanufacturées et des fournitures respectueuses de l'environnement pour réduire l'impact écologique.

Gestion Énergétique Optimisée

Installer des ampoules LED, programmer l'extinction des ordinateurs et des lumières en dehors des heures de bureau, et privilégier les appareils économes en énergie.

Recyclage et Tri des Déchets

Mettre en place des bacs de tri pour le papier, le plastique, le métal et le verre afin de faciliter le recyclage des déchets de bureau.

Utilisation de Fournisseurs Écoresponsables

Choisir des prestataires et fournisseurs qui intègrent des pratiques durables dans leurs activités.

Encouragement du Télétravail

Proposer le télétravail pour réduire les déplacements quotidiens des employés et donc leur empreinte carbone.

Promotion des Modes de Transport Écologiques

Inciter les collaborateurs à utiliser les transports en commun, le covoiturage, le vélo ou des véhicules électriques via des subventions ou des incitations.

Sensibilisation et Formation des Équipes

Organiser des sessions de sensibilisation pour impliquer les équipes dans les pratiques durables et favoriser un changement d'habitudes au quotidien.

Utilisation d'Équipements Durables

Acheter du mobilier et des équipements conçus pour durer, de préférence auprès de fournisseurs locaux ou de seconde main pour réduire l'impact carbone.

Participation à des Initiatives Écologiques

Encourager la participation à des programmes de reforestation, de nettoyage environnemental ou de réduction des émissions de carbone, en impliquant les collaborateurs.



Activité 3 : brainstorming en groupe de 6:

Quelles initiatives écologiques pourriez-vous intégrer dans la gestion quotidienne de votre cabinet d'Expertise Comptable?



Un témoignage dans la salle

Conclusion et Feedback

Synthèse des apports

Passage à l'action

Feed back





Passage à l'action :

Quelle première action allez-vous mettre en place demain ?

Je vous invite à noter votre engagement.

Feedback atelier Care Management ent Campus 2024 OEC



43 Conclusion et Feedback
Synthèse des apports
Passage à l'action
Feed back

44 Passage à l'action :
"Chaque participant choisit une action à mettre en œuvre pendant le prochain atelier de suivi"

45 Feedback atelier Care Management
et Campus 2024 2024

46 **Comment évaluez-vous l'atelier?**
4.56
★ ★ ★ ★ ☆
0 % 0 % 5 % 33 % 61 %

47 **DES QUESTIONS ?**

48 **MERCI POUR VOTRE ATTENTION**

18 réponses envoyées

Comment évaluez vous l'atelier?

4.56

| | | | | |
|-----|-----|-----|------|------|
| ★ | ★ | ★ | ★ | ☆ |
| 0 % | 0 % | 5 % | 33 % | 61 % |

Numériser le QR ou utiliser le lien pour participer



<https://forms.office.com/e/siXSYXm9mk>

Copier le lien

1 sur 2



Numérisez le QR ou utilisez le lien pour participer



<https://forms.office.com/e/siXSXYxm9mk>

 Copier le lien

18 réponses envoyées

Comment évaluez vous l'atelier?

4.56



0 %



0 %



5 %



33 %



61 %



1 sur 2



DES QUESTIONS ?



MERCI POUR VOTRE
ATTENTION

