

## Dirigeant(e), chef(fe) d'entreprise, Et si cette fois, votre priorité, c'était votre santé ?

**VOUS** savez prendre soin de la santé  
de votre entreprise.

Mais qui s'occupe de la **VÔTRE** ?



L'APST37 s'associe au Pr. Olivier Torres, fondateur de l'**Observatoire Amarok**, pour vous donner accès au **1er outil numérique consacré à la santé des dirigeant(e)s**, et plus précisément à la prévention de l'épuisement professionnel.

Découvrez le dispositif Amarok-e-santé, un outil d'**auto-évaluation de la santé** pensé pour les dirigeant(e)s et chef(fe)s d'entreprise (entièrement **gratuit**).

**Prenez 5 minutes pour évaluer votre santé !**

### AMAROK E-SANTÉ qu'est ce que c'est ?

C'est un **outil en ligne intuitif, gratuit et anonyme** !

Il vous permet, en **3 étapes**, d'évaluer l'équilibre de votre santé globale en **comparant les événements satisfaisants et stressants** de votre quotidien professionnel.

**En cas de balance négative**, vous êtes invité à remplir un questionnaire de **détection du risque de burnout** et **si le seuil d'alerte** est dépassé, un professionnel de santé vous propose d'échanger sur votre situation.

### Le dispositif en **3 ÉTAPES**

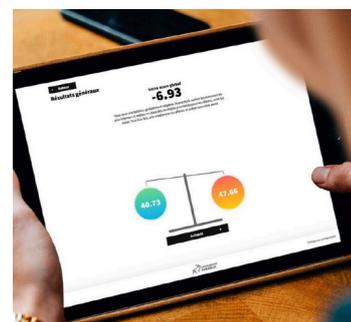
**1. Sélectionnez les éléments satisfaisants et ceux stressants** dans votre quotidien professionnel parmi une liste intuitive préétablie.

Deux scores sont alors mis en avant :

- le stress au travail
- la satisfaction au travail



**2. Consultez les scores que vous avez obtenus.** Le ratio entre ces deux scores permet d'obtenir une balance (positive ou négative), prédictive de votre santé globale.



3. Votre balance est négative ? Complétez le questionnaire de détection du risque de burnout et faites-vous accompagner si besoin.



[Cliquez ici pour lancer le test](#)

Si ce message ne vous concerne pas directement, **pensez à le transmettre à votre dirigeant(e)**.



En partenariat avec l'observatoire AMAROK.



..... Ensemble pour la prévention

Si vous ne souhaitez plus recevoir nos communications, [suivez ce lien](#)