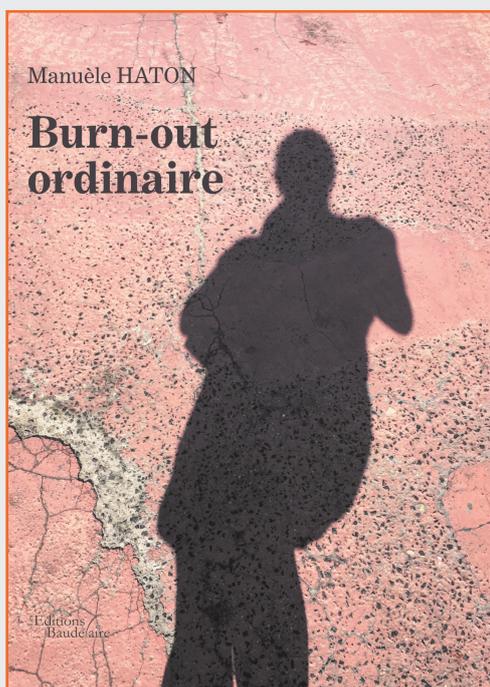


DOSSIER DE PRESSE

Contact presse et libraires : communication@editions-baudelaire.com
Tel. : 04 37 43 61 75



Code ISBN 979-10-203-2223-4

Format : 15 x 21 cm - **184 pages**
Prix de vente public : **17,00 €**

Burn-out ordinaire

Témoignage

À l'approche de la cinquantaine, l'auteure était persuadée qu'elle terminerait sa vie professionnelle dans cette société, treize années après l'avoir intégrée. Tout se passait bien. Mais un jour, son corps ne l'a plus portée : il l'a lâchée d'une façon insidieuse et spectaculaire. Certes, il y avait eu des signes avant-coureurs, mais elle continuait à les ignorer, toujours soucieuse de sa course à la performance, au bien-être, au service de sa société.

Son médecin lui annonce qu'elle souffre d'un burn-out. Elle prend alors la décision de se reconstruire, pour son bien.

Avec cet ouvrage, elle souhaite témoigner pour mettre en lumière tous ces faits divers brutaux du quotidien en entreprise, qui contribuent à un burn-out. Elle souhaite apporter son aide à ceux qui se demandent ce qui leur arrive et pourquoi ils ont une boule au ventre au moment de prendre le chemin du travail.

Pour chacun d'entre eux, un travail de reconstruction est possible et peut leur sauver la vie.

LE LIVRE

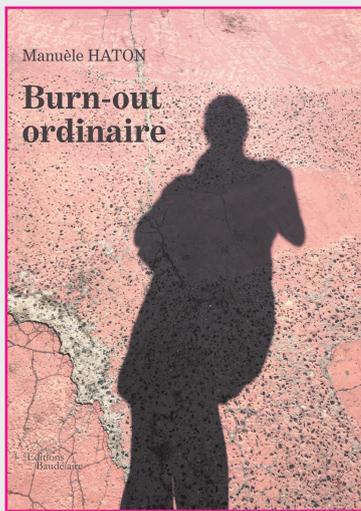
Manuèle HATON

Auteure résidant à : Chevreuse, Yvelines

Née en 1965, Manuèle Haton réside en Vallée de Chevreuse. Après plus de 20 ans à des postes de management dans l'industrie de l'énergie, elle fait un grave burn-out et se reconvertit en 2017 comme Coach Consultante Certifiée. Elle crée son entreprise, « Antigone Coaching », spécialisée dans la prévention des risques psychosociaux et la reconstruction des victimes d'épuisement professionnel, afin de leur permettre de se projeter dans leur carrière et de reconstruire leur identité.



L'AUTEURE



Libraires :
Pour passer commande

DILICOM
HACHETTE Livre
Distribution

Tel. : 01 30 66 24 40

Fax : 01 39 26 47 02

Remise libraire

Au fil des pages...

Ça y est, m'y voilà. Pas mal pour un placard, c'est spacieux et lumineux. Certes, ils n'ont toujours pas enlevé la sirène d'alarme qui se trouve directement au-dessus de ma tête, et qui a failli me déclencher une crise cardiaque il y a quelques mois, lors du dernier exercice incendie, mais je suppose que mon placard n'est pas la priorité du moment.

Patrick rentre en trombe dans mon « placard de luxe » sans frapper. Je sursaute, j'ai eu peur, je lui dis : « Quel respect ! J'aurais pu ne pas être seule, est-ce que tu fais la même chose chez le Boss ? ».

J'ai le coeur qui bat à cent à l'heure, je me dis que c'est peut-être à mon tour de me faire virer. Ce sont des choses qui arrivent. Souvent, ici, d'ailleurs ! Mais non, pas aujourd'hui, Patrick, sans

s'excuser de son indélicatesse me dit : « Il faut que tu écrives une attestation contre Albert Ledru ! ». Ah ! Nous y voilà, il a besoin de moi. Je me disais aussi que cette visite était intéressée, puisqu'il n'a plus maintenant de petite amie, et ne vient donc plus me parler de ses histoires de fesses et de ses relations compliquées avec les femmes. Patrick est responsable des ressources humaines, son rôle consistant surtout à rédiger des contrats, des lettres d'avertissement et de communiquer avec l'avocat de la société. Il faut dire que vu le nombre de cas aux Prud'hommes dans cette boîte, la communication avec le cabinet d'avocats est un boulot à temps plein...

« Quoi ? Ce n'est pas encore fini cette affaire ? Ça fait 5 ans que ça dure ! »

EXTRAIT

Quatrième de couverture

Le droit français ne reconnaît pas encore le burn-out comme maladie professionnelle. Pourtant, c'est une réalité bien trop souvent ignorée.

Il serait bien trop réducteur de considérer le burn-out comme la simple conséquence d'une surcharge de travail. Il résulte de différents facteurs aussi silencieux qu'invisibles.

Cet épuisement professionnel s'installe progressivement et trouve sa source dans le manque de considération, de reconnaissance et/ou d'équité. Le harcèlement professionnel est également un fait anormal, considéré comme « ordinaire » par les

personnes qui le subissent.

Il est évidemment possible de prévenir cette spirale dangereuse, mais il faut surtout prendre conscience qu'il est possible d'en sortir. Des solutions existent tant sur le plan juridique et psychologique que sur le plan humain.

Si le burn-out est bel et bien une réalité, il ne doit pas être une fatalité.

Grégory DORANGES

Avocat en droit pénal et en droit du travail

PRÉSENTATION