



Vendredi 26 décembre 2008

Par Sylvaine Pascual - Publié dans : [Brèves du stress](#)

## **Brèves du stress : Meteostress**

[MeteoStress](#) est un nouveau service en ligne de gestion du stress.

L'originalité du concept réside dans l'évaluation de sa "météo intérieure" pour ensuite y apporter des solutions spécifiques à la personne.

Il serait facile de croire que Nicole Dutheil et Florence Bénichoux, les intervenantes et fondatrices de MeteoStress, ne font que surfer sur la vague de la souffrance au travail pour s'en mettre plein les poches.



Cependant, si leur site est ouvert aux particuliers, il a aussi pour objectif d'être mis à la disposition des salariés par les entreprises, qui le financeraient elles-mêmes. Dans cet [entretien avec les fondatrices](#), elles insistent sur le fait que le coût est bien moindre que le coaching, ce qui permet de le rendre accessible à tous les niveaux de l'entreprise, et non plus uniquement aux managers. Je trouve leur discours assez convaincant, et je suis personnellement enthousiasmée que certains conçoivent la gestion du stress comme une action sociale. (J'en profite pour faire ma pub: c'est dans cet état d'esprit qu'Ithaque et Efficath ont développé leurs ateliers.)

Le coût est en effet peu élevé: de 5.45 € à 14.75 € par mois selon la formule et la durée de l'abonnement.

Difficile d'évaluer l'efficacité de la méthode sans en savoir plus. Cependant, MeteoStress propose un abonnement gratuit d'un mois pour tester la formule, aussi n'hésitez pas à essayer et à venir partager vos impressions.