

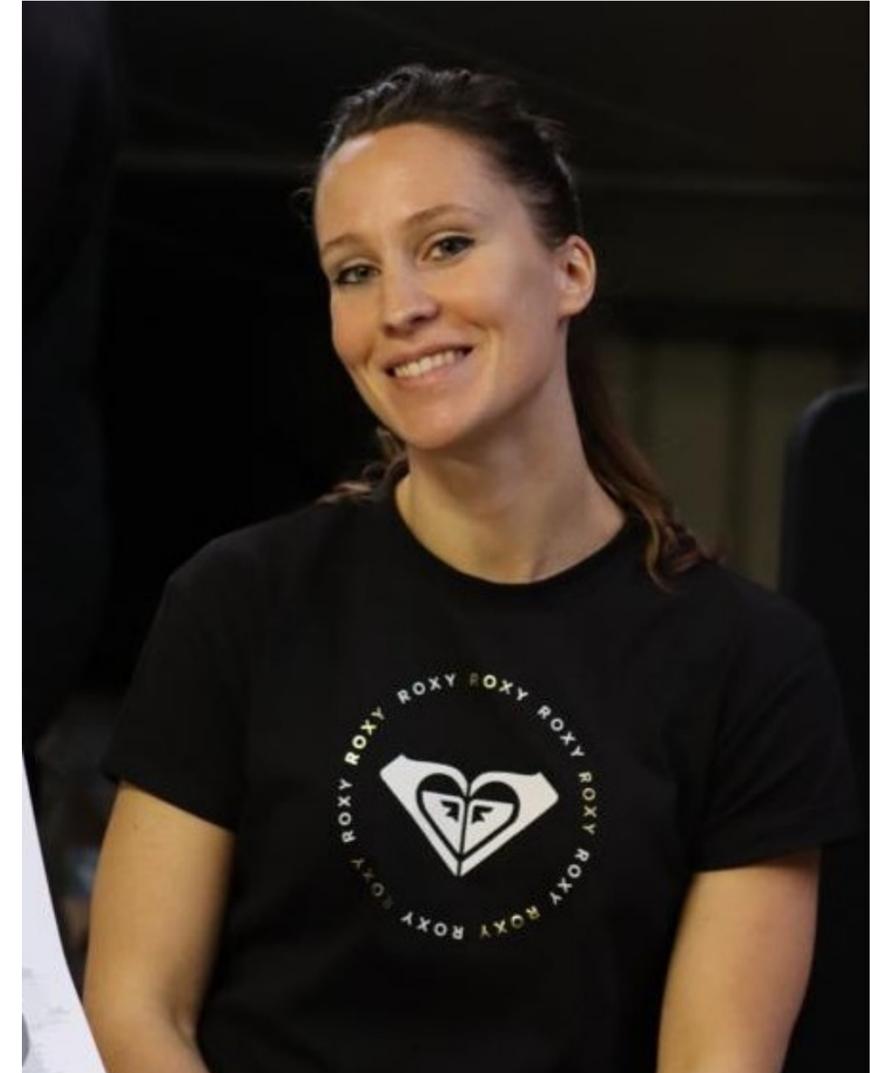
Parcours Gestion du stress en entreprise

« Je choisis de prendre mon bien-être en urgence au lieu de prendre mon mal en patience. »

Intervenant :

Louise Retailleau

Gérante du cabinet Force&Conseil
Infirmière D.E spécialisée en gestion du stress
et préparation mentale.



*Gagnez en sérénité et renouez
avec la performance !*

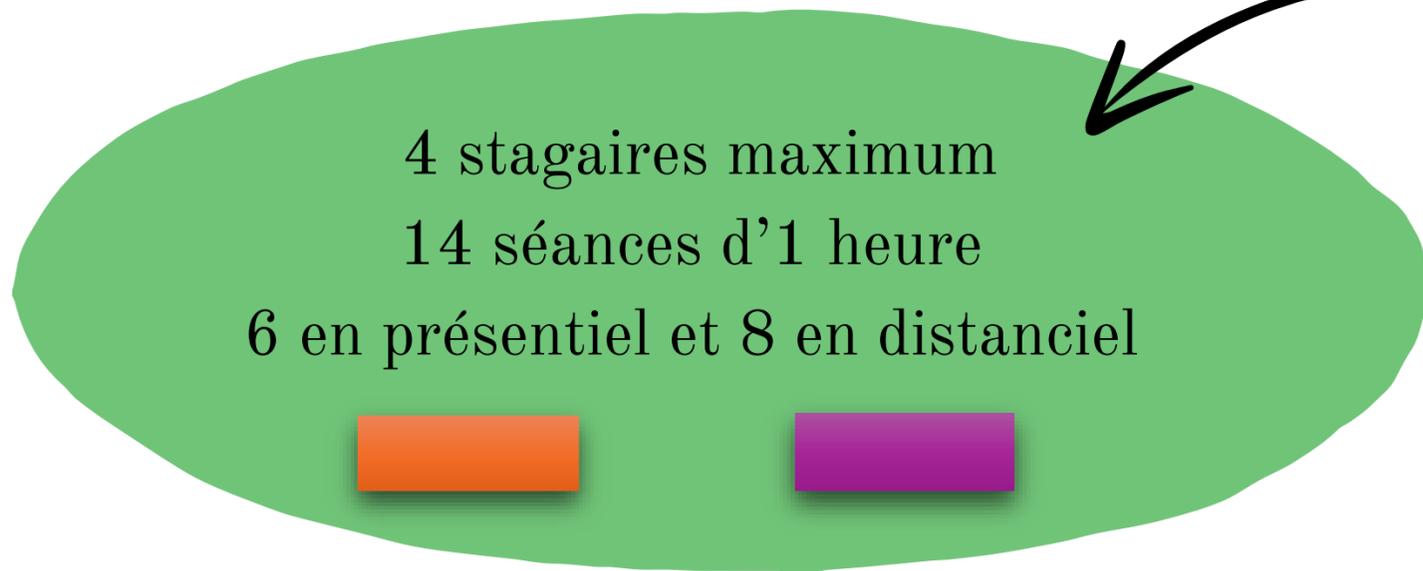


Objectifs de l'accompagnement

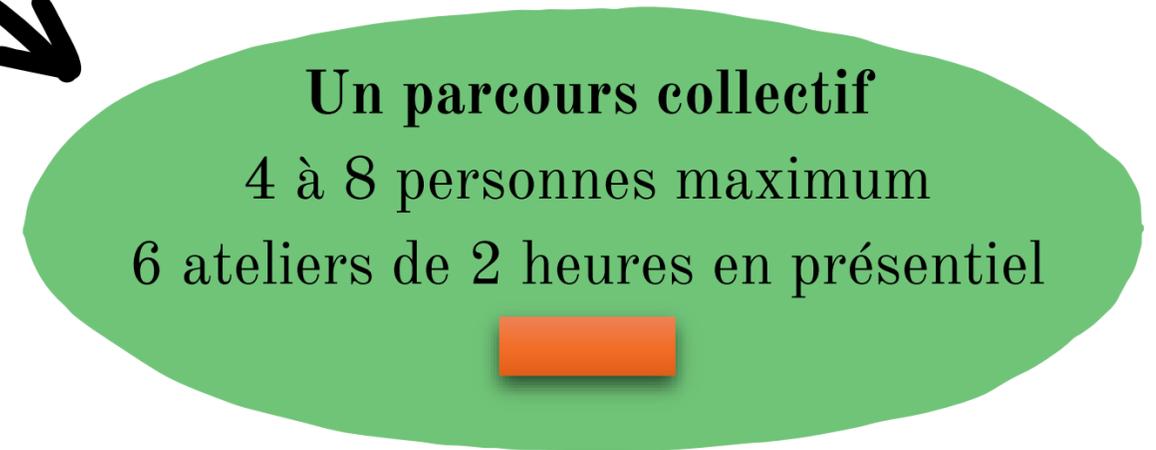
- Comprendre les mécanismes du stress
- Mieux se connaître et s'accepter
- Apprendre à gérer ses émotions
- Décoder les signaux du corps
- Développer sa capacité de résilience



Parcours individuel ...



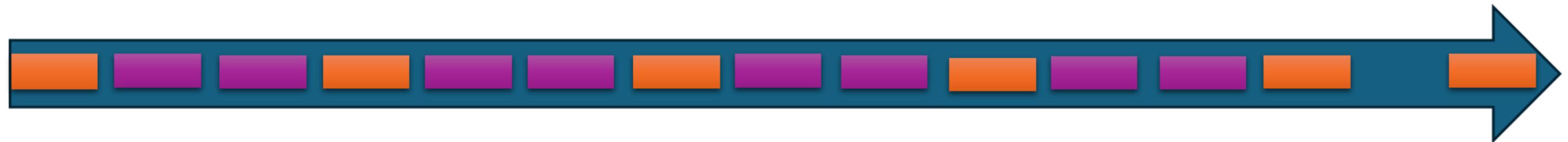
Avec la possibilité
d'y intégrer...



**Tarif unitaire pour un parcours complet individuel : 3 100 euros HT*

**Tarif complémentaire par stagiaire : 2 100 euros HT*

**Tarif pour 6 ateliers : 1680 euros HT*



Bilan initial

Durée totale de l'accompagnement : 5 mois

*Point à 1 mois après
bilan final*