



Atelier de formation

Pauzitiv vous propose un vocabulaire familier, des outils faciles à comprendre et des actions concrètes permettant de limiter de façon marquée les impacts du stress sur l'organisation.

Objectifs

- Optimiser la productivité de l'entreprise en limitant les impacts de l'absentéisme et du présentéisme au travail.
- Permettre aux équipes de travail un maximum de performance.
- Améliorer le climat de travail, la motivation et le sentiment d'appartenance.
- Soutenir l'organisation lors de périodes plus difficiles.
- Attirer, recruter, mobiliser et fidéliser la main-d'œuvre.
- Limiter les impacts du stress de chacun sur l'entreprise.

Contenu

- Sensibiliser les membres de l'équipe sur la présence du stress et de ses impacts.
- Mettre en lumière ses sources de stress personnelles.
- Savoir reconnaître les impacts du stress au niveau physique, mental et comportemental.
- Expérimenter des outils simples et accessibles pour faciliter la gestion de son stress.
- Personnaliser ses propres moyens pour contrer efficacement son stress.

Méthodologie

- Disponible sous forme virtuelle ou en présentiel
- Transfert de connaissances, échange et partage sur le stress.
- Durée de 90 minutes
- Nombre de participants illimité
- 2 heures de formation individuelle sont comprises

*Nos formations peuvent faire l'objet d'une demande de subvention. Nous vous invitons à vous informer auprès du conseiller en entreprise de votre région.



Pauzitiv en détail

La mission

Personnaliser le stress au niveau individuel et organisationnel, en identifier les sources et proposer des outils simples et efficaces pour le contrer.

L'approche

Des interventions ciblant quatre zones d'action

- Prévention et sensibilisation
- Diminution des symptômes du stress sur la santé mentale et physique
- Formation personnalisée et relation d'aide
- Optimisation et organisation



Mireille Plante

Présidente fondatrice

Intervenante terrain en situation de stress

Le profil académique

DEC en soins infirmiers

Certificat en soins infirmiers communautaires

Certificat en administration

Praticienne en massothérapie

FLMI, Loma

L'expertise

Conseillère efficacité opérationnelle

Technicienne gestion d'invalidité

Conseillère expérience-client

Directrice Service à la clientèle

Infirmière

En plus de garantir une expérience client remarquable, offrir une expérience employé exceptionnelle à son équipe s'avère un investissement payant ²considérant qu'un salarié heureux est :

2 fois moins malade

31% plus productif

6 fois moins absent

55% plus créatif

9 fois plus loyal

¹ Étude effectuée par Harvard et MIT