



Cellule de formation leader

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

- Accompagner les cadres dans la gestion de leur stress personnel afin d'en diminuer l'impact sur celui des membres de leur équipe.
- Sensibiliser l'équipe de direction afin qu'elle prône des interventions ayant un impact positif sur le stress au sein de l'organisation.
- Outiller les cadres afin qu'ils puissent agir à titre de leaders positifs auprès des membres de leur équipe dans la gestion du stress.
- Diminuer les impacts du stress sur la santé physique et mentale des membres de l'équipe afin d'en limiter l'impact sur l'entreprise.

Contenu

- Sensibiliser les leaders sur la présence du stress et de ses impacts dans l'équipe de travail.
- Savoir reconnaître les impacts du stress au niveau physique, mental et comportemental.
- Expérimenter des outils simples et accessibles pour faciliter la gestion du stress dans l'organisation.
- Personnaliser ses propres moyens pour contrer efficacement son stress et celui de son équipe.
- Supporter et conseiller les leaders dans les enjeux organisationnels ponctuels.

Méthodologie

- Durée : 3 mois
- Suivi mensuel
- Maximum 20 participants /cellule
- Trois ateliers participatifs de 60 minutes sur les thèmes suivants :
 1. Sensibiliser, prévenir et personnaliser son stress
 2. Des outils à volonté
 3. Le stress dans la vraie vie : catalyseur de résultats
- 5 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 ¹considérant 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