



Objectifs :

Comprendre comment intervient le stress. Savoir gérer les situations de stress possibles. Connaitre des techniques de relaxation. Savoir prévenir les situations de stress dans différents environnements. Savoir gérer les situations de conflits, générateurs de stress au travail.

Public concerné et prérequis :

Prérequis :

Qualification des intervenants :

Moyens pédagogiques et techniques :

6 Modules E-learning contenant chacun plusieurs chapitres.

Durée, effectifs :

8 heures.

stagiaires.

Programme :

o Introduction 1'35

Modalités d'évaluation des acquis :

o Quiz (29 questions)

Sanction visée :

HELLAPAYE



Certification

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

Délais moyens pour accéder à la formation :

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Taux de réussite à la formation :

Taux de satisfaction de la formation :

Tarif :

415,00 €

HELLAPAYE

Résidence le Beaupre Rte de Pointe de Jaham 97233 Schoelcher
Tél. +596696606319 – formation@mchdom.com
SASU au capital de 10000 € – RCS – SIRET 81248997900045 – NAF 8299Z