



LES MÉCANISMES DU STRESS

LE STRESS, ÉTAT PSYCHO-PHYSIOLOGIQUE RÉSULTANT D'UN MANQUE DE RESSOURCES

Le stress est un indicateur de risque et de dysfonctionnement impactant la performance sociale et organisationnelle. Un sentiment de ne pas réussir à faire face à une situation, un manque d'intérêt, une fatigue générale, de l'irritabilité ou encore des douleurs dorsales; les symptômes du stress sont multiples et très fréquents. On constate que plus d'1 actif sur 3 se sent concerné par ce phénomène. Les coûts annuels en Suisse avaient été estimés à au moins 4 milliards en 2000 (office de la statistique). Pensez-vous être en mesure d'estimer l'impact financier du stress dans votre structure ? Cherchez-vous à intervenir sans toutefois savoir comment aborder ces situations ?



APPRENDRE DU STRESS C'EST ACQUÉRIR DES RESSOURCES



UNE ACTION AVANTAGEUSE

DISPENSÉE SOUS DIFFÉRENTS FORMATS

- Une séance de présentation
- Une journée d'information
- Une conférence
- Une formation
- Un accompagnement

Interactif et profitable

Innovant et unique

Contactez-nous

Open Mind
Chemin Pont-Céard 26 A
1290 Versoix
00 41 79 773 20 29
gilles-a.sarina@openmindtraining.ch

PUBLIC CIBLE

TOUS CONCERNÉS

Pour une organisation qui souffre d'un taux d'absence trop élevé, pour un team qui manque de performance, pour le management ou la direction.



« S'informer sur les sources internes du stress est généralement utile à l'individu, à l'organisation. Cela permet d'identifier les causes de dysfonctionnement et d'engager un processus plus profitable. »

Gilles-Alexandre Sarina
Open Mind



Découvrir les sources de stress à travers 4 gouvernances cérébrales

Mieux comprendre, mieux vivre

Un premier pas vers une culture de travail qui favorise la santé