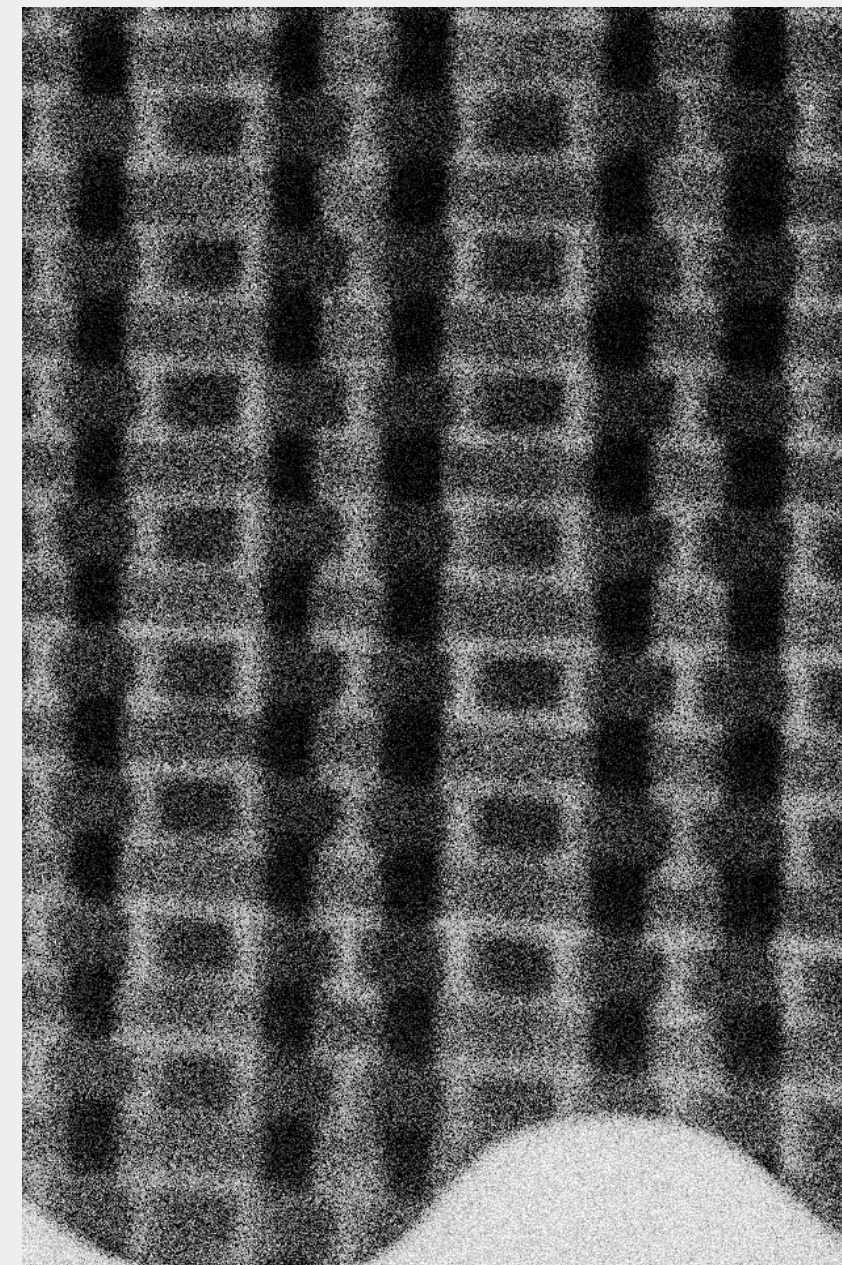
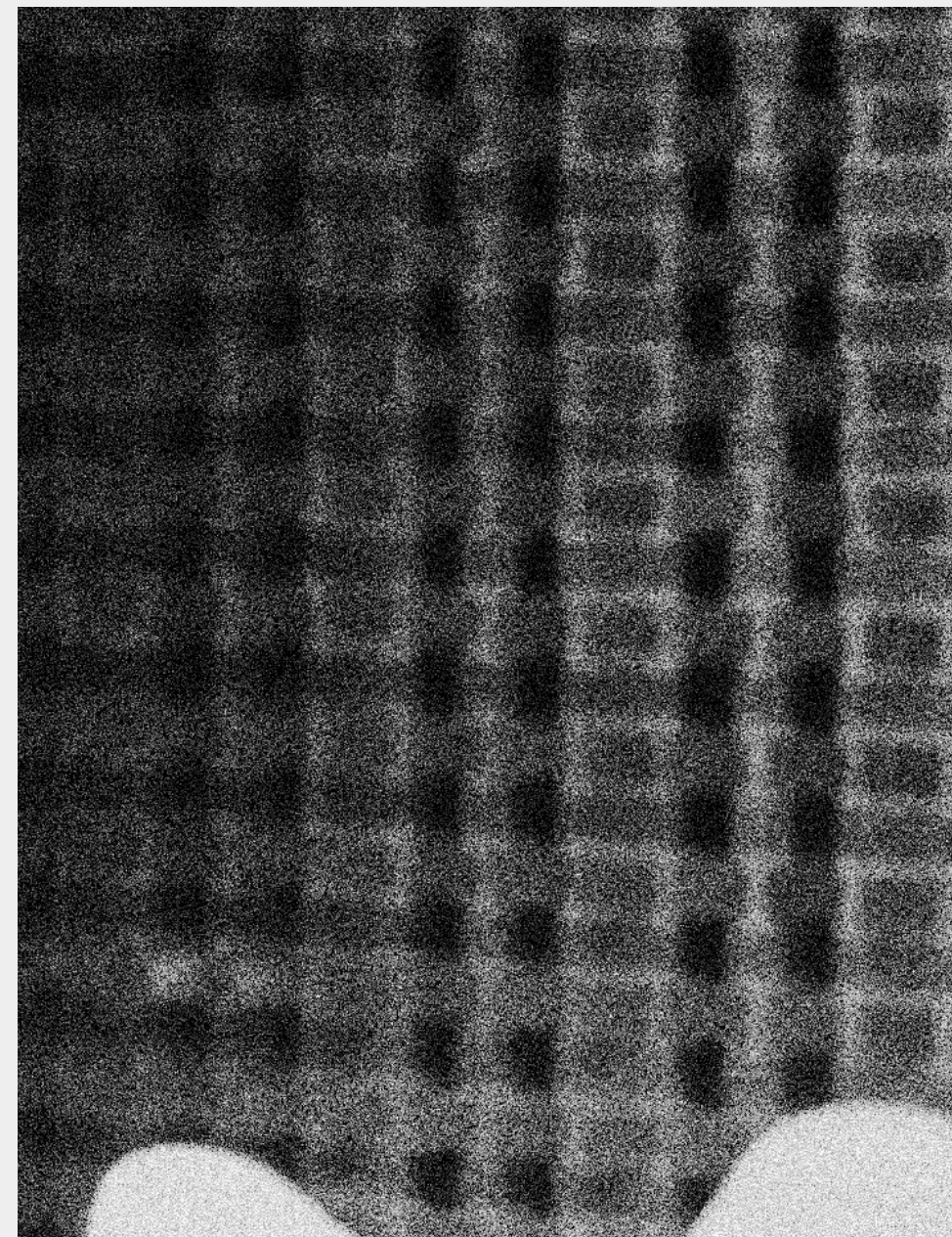


AMÉLIORATION DE LA SANTE MENTALE DES DIRIGEANTS

Révolutionnez vos comportements
de santé mentale



Par **ERICK BOITEL**

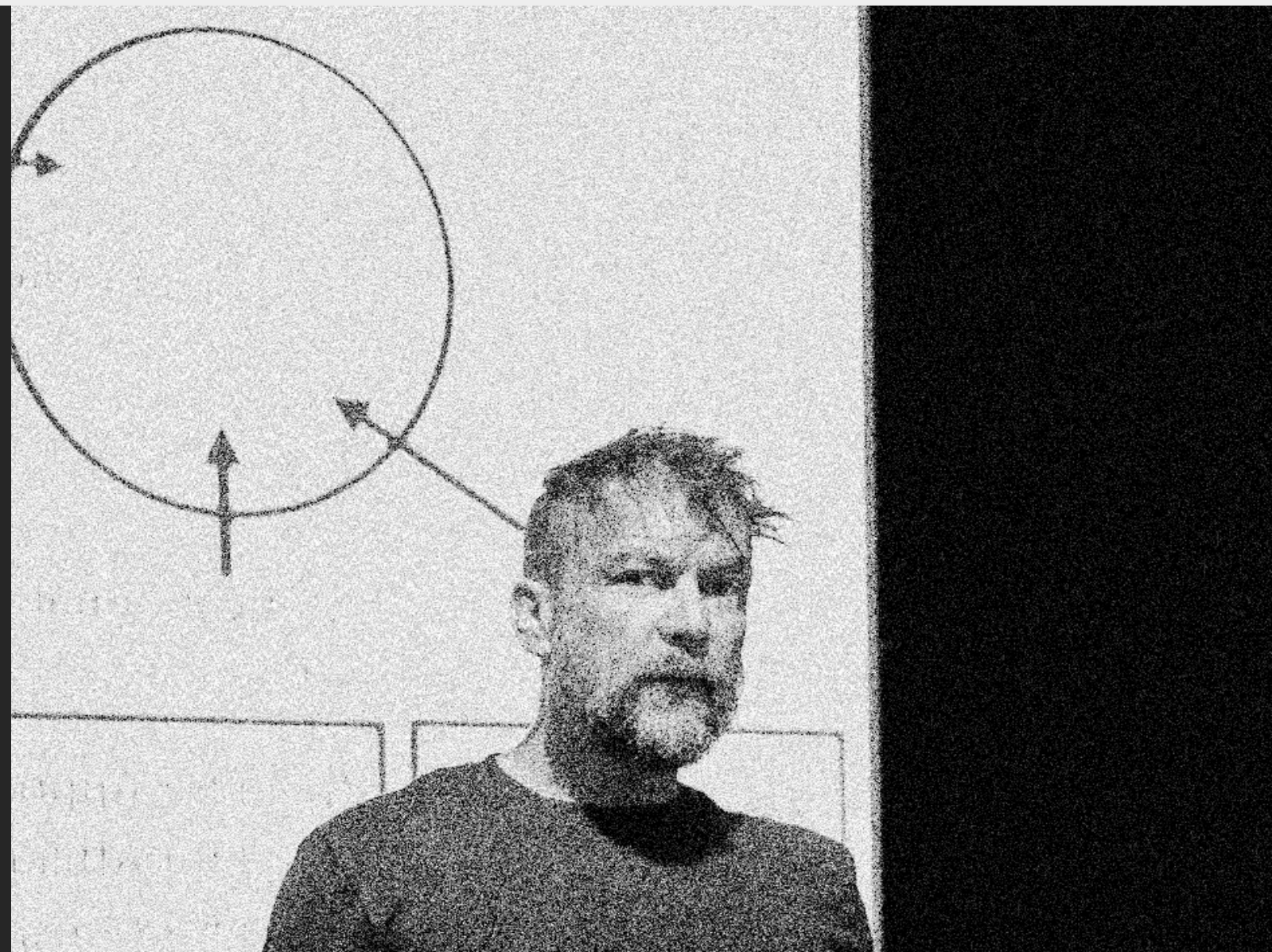
- Phd, Doctor in Performance Psychology
- Harvard Certificate in Positive Psychology
- Stanford Certificate in Performance Psychology
- DU Psychologie du Sport
- DU de Psychologie Positive
- Micro expression & emotions
Paul Ekman certificate
- APA Influence decisions Certificate

FORMAT

1H15 à 1H30

ou sur-mesure
afin de s'adapter à
votre format

- Codir
- Comex
- Séminaire
- Team-building
- Kick-Off



Les dirigeants d'entreprises sont le premier capital de l'entreprise et doivent ainsi faire face à un niveau de stress et d'adaptation important et permanent.

Cela peut générer des facteurs pathogènes. Heureusement, ils possèdent des ressources psychologiques, physiques et sociales qui permettent d'agir sur ces situations et les rendre salutogènes.

Un leader qui connaît ses mécanismes psychologiques

et physiques et qui les pousse à leur paroxysme se prémunit de ces agents pathogènes et permet à son entreprise et à ses salariés de s'élever. Développez vos ressources, augmentez votre capital pour une organisation positive de l'entreprise.

Pour les dirigeants et leaders, qui souhaitent révolutionner leur habiletés mentales et physiques et ainsi améliorer leur santé performante. Pour ceux qui veulent comprendre les axes d'amélioration de la santé mentale de leurs collaborateurs.

- Amélioration de la santé et de la performance
- Agir sur les situations professionnelles en pleine conscience
- Agir sur les situations pathogènes pour les rendre, par la santé du dirigeant, salutogènes

Repartez de cette conférence avec 3 exercices pragmatiques à répéter quotidiennement pour améliorer votre :

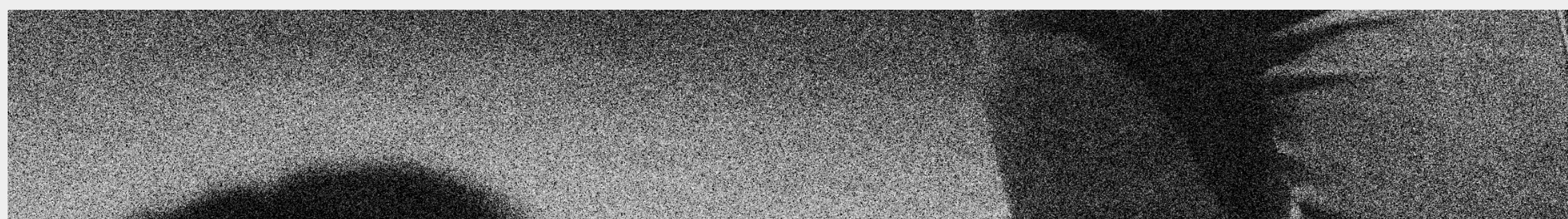
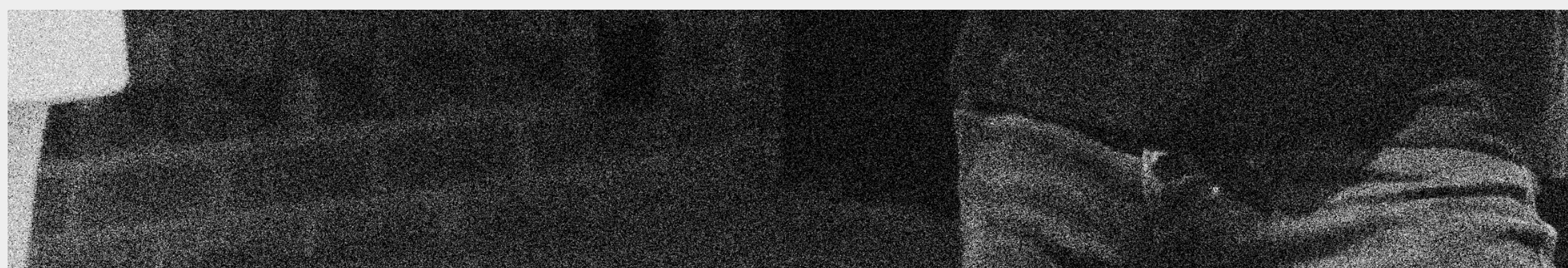
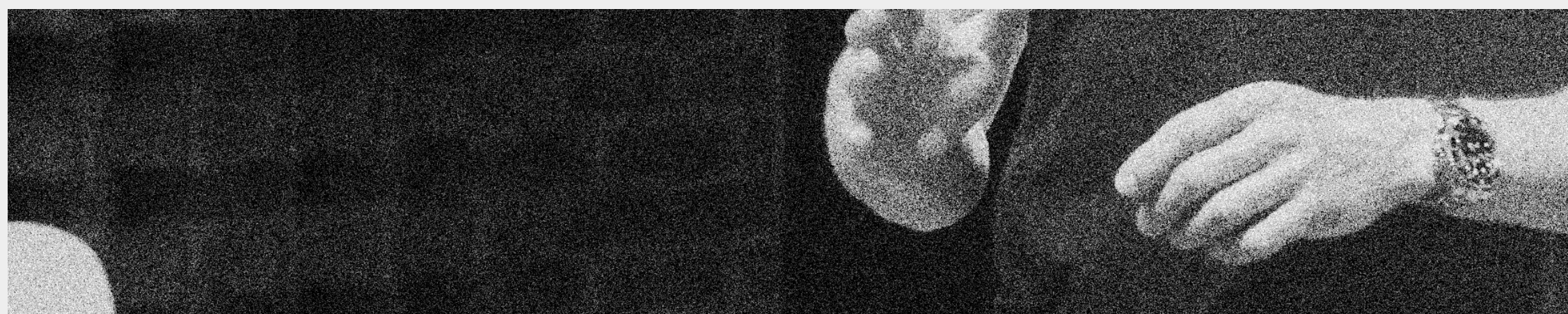
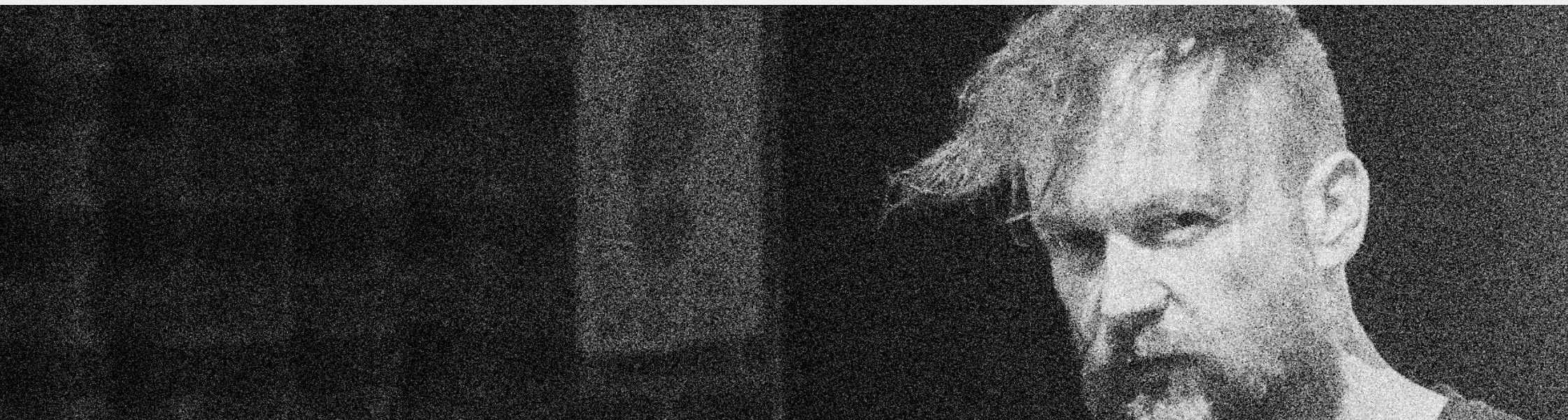
Ressources psychologiques - Facteurs salutogènes - Régulation du stress
Sommeil - Santé



Témoignage

“ Leur accompagnement et leurs outils m’ont permis de maintenir mon énergie et de ne pas littéralement me laisser «embarquer» par mon stress ! (...) j’ai complètement adhéré au concept complet de mobilisation des ressources mentales, physiques et sociales. ”

SANDRINE CARLE
DIRECTRICE GÉNÉRALE ADJOINT SPINE-INNOVATIONS / SPINEWAY GROUPE



BRIKX

OPTIMISATION DE LA
PERFORMANCE ET SANTÉ