Gestion du stress et Communication

CONSOLIDER VOTRE EFFICACITE

INFORMATIONS

FORMATION

CONSOLIDER VOTRE EFFICACITE

DURÉE : **3 jours**

OBJECTIF

Consolider votre efficacité professionnelle,

Et adapter votre démarche aux enjeux souhaités..

PREREQUIS

Aucun

En groupe, ou individuel
Plan de formation ou financement CPF
Compte Personnel de Formation

Formation continue, Inter, Intra

La formation inclut :
- évaluation et diagnostic des attentes des participants
- évaluation en fin de session
- certificat de stage.

Dates et Réservation :

04 72 27 50 10

Pour tous devis
ou demande complémentaire :
contact@amsi-formations.com

CONTENU DE LA FORMATION

Réduire votre niveau de stress
(les outils et astuces pour)

- Eviter le surmenage
- Retrouver un bon sommeil

Optimiser votre potentiel personnel

- Cas pratiques de communication
- Préparation et astuces adaptées à votre projet pour l'atteinte de vos objectifs :
  - Entreprise
  - Recherche d'emploi
  - …