Webinaire : "gestion du stress et des émotions en période d’incertitude"

jeudi 2 décembre 2021, par lpe

Nous vivons tous au quotidien, dans notre vie professionnelle ou personnelle des situations difficiles et stressantes, d’autant plus en cette période de crise sanitaire impliquant, au-delà du contexte anxiogène, de nouvelles organisations de travail, une perte de lien social, des difficultés à concilier vie pro et perso...

La CPME 79 et son partenaire HARMONIE MUTUELLE vous proposent de participer à un webinaire le jeudi 2 décembre 2021 de 13H30 à 14H30.

Cette rencontre a pour objectif de vous aider à comprendre le fonctionnement du stress et des émotions, à identifier vos ressources et vous outiller pour mieux faire face aux situations difficiles.

Ce webinaire sera animé par Didier ROMAIN, Entrainement mental, conférencier, conseil en prévention santé.

Inscriptions : suivez ce lien ou contacter le secrétariat de la CPME 79 par mail : contact@cpme79.fr ou par téléphone au 05 49 24 84 32 ou 06 11 43 86 35