



Pôle Carrières & Emploi

Dans le cadre de notre "Cycle Vertueux Carrière", le 9ème Atelier du semestre aura lieu le

mardi 14 mai 2013 de 18h30 précises à 21h30

Jouer avec son stress et ses émotions : comprendre son stress, enfin!!!

Un atelier vivant partagé entre théorie et activités pratiques.

- 1/ DEVELOPPER LA CONSCIENCE EN SOI : CHANGER DE REGARD
- 2/ LES REACTIONS DE DEFENSE
- 3/ COMMENT SATISFAIRE SES BESOINS SELON LES TYPES DE STRESS
- 4/ DEFINIR SA STRATEGIE D'EQUILIBRE

Atelier animé par Isabelle Baille

Isabelle Baille dirige la société ISABELLE BAILLE CONSULTING. 28 ans d'expériences professionnelles dans les ressources humaines.

Je développe un savoir-faire unique en métier de coaching et en formation pour augmenter la performance des individus et des équipes.

Ma profonde connaissance du comportement humain est une réelle force pour vous accompagner dans les phases de changement.

LIEU Arts & Métiers ParisTech
2, cours des Arts & métiers, Aix-En-Provence

Renseignements : Marc PAVAGEAU Resp. Pôle Carrière AM, 06 73 82 51 01,
marc.pavageau@ingel-asso.org

Inscription conseillée : marc.pavageau@ingel-asso.org

Marc Pavageau
Délégué Régional Emplois - Carrières Provence
Ingénieur Arts & Métiers
Délégué Général Réseau Excellence
06 73 82 51 01
www.reseau-excellence.org

