

ACTIONS
COLLECTIVES ET
INDIVIDUELLES POUR
LA PREVENTION DU
STRESS AU TRAVAIL

PSYCHOLOGUE
SPECIALISTE
DU STRESS

agips

Agir pour la prévention du stress
Contact : Sylvie Bournel - 06 83 17 05 31
contact@agips.fr — www.agips.fr

SIRET : 78854248800010

Organisme de Formation n° 54 17 01605 17. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

agips

LE STRESS
AU TRAVAIL
N'EST
PAS UNE
FATALITE...





AGIPS VOUS PROPOSE

CHEF D'ENTREPRISE OU PROFESSIONNEL CONCERNE PAR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX (RPS), AGIPS :

- Vous accompagne dans la réalisation du diagnostic des risques psychosociaux
- Informe, sensibilise l'entreprise sur les thèmes liés aux risques psychosociaux (stress, violence, etc.)
- Accompagne le chef d'entreprise dans son évolution managériale (aide à la prise de décision, gestion du stress, management...)
- Met en place des groupes de parole, d'analyse de la pratique ou de régulation, nécessaires à la prise de distance des équipes de travail avec les problèmes rencontrés
- Accompagne des groupes en conflit
- Propose une écoute psychologique des salariés dans l'entreprise

FORMER, C'EST PRÉVENIR

AGIPS forme les cadres, les employés et les professionnels des RPS et de l'accompagnement

- Identifier, prévenir les risques psychosociaux au travail
- Les bonnes pratiques dans l'entreprise
- Gestion du stress et management
- Prévenir le stress du dirigeant
- Manager et préserver la santé au travail
- Le stress du personnel : identifier, prévenir
- Gérer les conflits au travail
- Gestion du stress au travail
- Gestion des émotions et affirmation de soi en situation professionnelle stressante
- Prendre la parole en public
- Gestion du stress face aux incivilités et agressions
- Le stress au travail aider, accompagner les salariés en souffrance
- ...

Mais aussi des formations sur mesure

ESPACE DOCUMENTAIRE

Sur notre site internet www.agips.fr, vous trouverez un espace documentaire interactif gratuit pour les particuliers et les professionnels. Vous trouverez également toute l'actualité sur le stress et les RPS.

CONSULTATIONS

Sylvie Bournel, spécialisée notamment dans les thérapies cognitives et comportementales (TCC) peut vous recevoir pour vous accompagner dans une démarche individuelle (stress, angoisse, retentissement sur la vie privée...).

(n°ADELI : 17 93 0439 9).

Consultation du lundi au samedi sur RDV
12, place du 14 juillet - La Rochelle
Tel : 06 83 17 05 31

ATELIERS

Des ateliers sont proposés à ceux qui souhaitent développer leurs compétences relationnelles et de gestion du stress.

- Affirmation de soi
- Savoir se relaxer, lâcher prise
- Gérer son trac, prendre la parole en public
- Mieux se connaître

Chaque atelier est divisé en plusieurs séances. Lors de ces dernières, des techniques concrètes vous seront enseignées.

Les ateliers fonctionnent en groupe restreints (maximum : 6 personnes).
Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à consulter notre site internet.