



Apprivoiser son Stress®

VOS SOLUTIONS ADAPTÉES ENTREPRISES-INSTITUTIONS -PARTICULIERS Sur Site - À distance - À la demande



VALÉRIE PASQUIER



Crédit photo : <https://emmafreirey.com/>

Après plusieurs années de travail en entreprise en Suisse et en France dans des milieux particulièrement soumis au stress, je me suis formée pour apporter des solutions aux divers problèmes induits par les tensions de la vie

Master Spécialiste en sophrologie caycédienne, Instructeur de méditation et formatrice, mon activité est principalement consacrée à la conception et la mise en place de solutions pour les entreprises et leurs acteurs ainsi qu'à la création et production de formations et ateliers digitaux

CONSÉQUENCES DU STRESS EN ENTREPRISE



26% DES COLLABORATEURS
TOUCHÉS (OFSP 2022)



23%
ABSENTÉISME



1.5 MILLIARDS DE PERTES
ANNUELLES



DÉMOTIVATION
PERTE DE SENS

<https://apprivoisersonstress.ch> - +41 78 305 41 81

NOS SOLUTIONS



ATELIERS
PRÉSENTIELS OU
DIGITAUX



FORMATIONS DE
GESTION DU
STRESS/TEMPS



ACCOMPAGNEMENT
INDIVIDUEL



RESSOURCES
DISPONIBLES
SITE/APPLI/INTRANET

VOS BÉNÉFICES



HUMAIN

Quand les hommes et les femmes de
l'entreprise vont mieux, l'entreprise va mieux !



FINANCIER

Le ratio selon les études va de 2.2 à 7.- CHF de
retour pour 1.- CHF investi (AISS - INRS)

ENTRONS EN CONTACT



EMAIL

contact@apprivoisersonstress.ch



RÉSEAUX SOCIAUX



QR CODE



ILS L'ONT APPRIVOISÉ !



marie claire



<https://apprivoisersonstress.ch> - +41 78 305 41 81