



Vivez-vous du stress?

Avec les turbulences des dernières semaines et les défis qui se multiplient, Pauzitiv vous offre l'opportunité de sensibiliser et d'outiller votre équipe en matière de stress.

Formule

Spécialement conçu pour apporter du support dans le contexte actuel, Pauzitiv vous propose un webinaire de 60 minutes sans frais.

Contenu abordé

- Survol des notions de bases sur le stress
- La réalité associée au contexte actuel
- Les signes et symptômes à reconnaître dans notre quotidien
- Des outils simples, efficaces et totalement accessibles

Saviez-vous que chaque dollar investi dans les besoins psychologiques rapporterait jusqu'à 3.19\$ à l'entreprise?¹

Des clients plus que satisfaits



¹ Jacques Forest, professeur en organisation et ressources humaine de l'UQAM



Pauzitiv en détail

La mission

Personnaliser le stress au niveau individuel et organisationnel, en identifier les sources et proposer des outils simples et efficaces pour le contrer.

L'approche

Des interventions ciblant quatre zones d'action

- Prévention et sensibilisation
- Diminution des symptômes du stress sur la santé mentale et physique
- Formation personnalisée et relation d'aide
- Optimisation et organisation



Mireille Plante

Présidente fondatrice

Intervenante terrain en situation de stress

Le profil académique

- DEC en soins infirmiers
- Certificat en soins infirmiers communautaires
- Certificat en administration
- Praticienne en massothérapie
- FLMI, Loma

L'expertise

- Conseillère efficacité opérationnelle
- Technicienne gestion d'invalidité
- Conseillère expérience-client
- Directrice Service à la clientèle
- Infirmière