

# Stress management

RÉF | 9142

## OBJECTIF ET CONTENU

<b>Objectif</b>	Servir son entreprise avec la zénitude
<b>Programme</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Utilisation de différents outils de gestion de stress.</li><li>• A partir de cas concrets que l'on rencontre au quotidien, repartir avec des outils concrets pour soi, ainsi que ceux amenés par d'autres entrepreneurs ou porteurs de projet.</li></ul>
<b>Certification(s) visée(s)</b>	Éventuellement attestation de participation de l'organisme
<b>Type de formation</b>	<a href="#">Alternance PME</a>

## ORGANISATION

<b>Durée</b>	3 heures
<b>Horaire</b>	en journée OU en soirée

<b>Coût</b>	€29,00 - Coût réduit : €19,00 pour demandeurs d'emploi sur base d'une attestation d'Actiris ou du Forem -
-------------	---

## CONDITION D'ADMISSION

<b>Prérequis administratifs</b>	Pas de condition d'admission pour cette formation
---------------------------------	---

Vous désirez davantage d'informations concernant les

## Remarques

formations "Passeport réussite"?  
Consultez le site web ([www.passeportreussite.be](http://www.passeportreussite.be)).

## EN PRATIQUE

### Pour s'informer et postuler

Inscrivez-vous en ligne sur [le site de l'organisme](#)

### Pour s'informer uniquement

Consultez [la formation](#) en ligne

## Organisme

**efp - Passeport réussite**  
Rue de Stalle 292b  
1180 Uccle  
Tél: efp 0800 85 210  
<http://www.efp-bxl.be>