



---

**Objectifs :**

Savoir utiliser la double approche face à une situation de stress.

**Public concerné et prérequis :**

**Prérequis :**

Aucun

**Qualification des intervenants :**

**Moyens pédagogiques et techniques :**

10 Modules E-learning contenant chacun plusieurs chapitres.

**Durée, effectifs :**

8 heures.  
stagiaires.

**Programme :**

Module 1 : Stress et travail font-ils bon ménage ?

**Modalités d'évaluation des acquis :**

QUIZ

**Sanction visée :**

Certification

HELLAPAYE



---

**Matériel nécessaire pour suivre la formation :**

**Délais moyens pour accéder à la formation :**

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

**Taux de réussite à la formation :**

**Taux de satisfaction de la formation :**

**Tarif :**

575,00 €

HELLAPAYE