

Gestion du stress

La gestion de soi en entreprise est proposée sous la forme d'une intervention ciblée correspondant à vos besoins.

Afin de pouvoir bénéficier de mon savoir-faire pour apporter des ressources pour mieux faire face à des situations stressantes, je vous propose de me contacter, soit par email, annemariesardi@gmail.com soit par téléphone au 079 456 82 77 pour me faire part de votre demande.

Je vous établirai une offre ciblée avec une proposition de cours allant d'une intervention d'une heure à une journée entière.

Chacune de mes interventions apportent des éléments concrets et des bienfaits immédiats. J'ai mis sur pied une méthode simple et efficace pour permettre l'auto-gestion.