

# PROGRAMME DE L'OFFRE DE FORMATION

Agir sereinement sur son poste au quotidien

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre le phénomène du stress et ses impacts
- Développer sa posture en boostant son assertivité
- Renforcer sa communication interpersonnelle à l'aide d'outils (Feedback sandwich, DESC...)
- Améliorer sa gestion du temps et des priorités

Après une analyse approfondie, nous serons en mesure de vous proposer un contenu de formation plus adapté à votre besoin



02 23 36 00 06



[contact@inovaction-formation.com](mailto:contact@inovaction-formation.com)



233 rue de Chateaugiron  
35000 RENNES