

QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL



LE + DÉFI 2 CONSEIL :

Nous mettons à votre service toute l'expertise de nos équipes pour le montage des dossiers et l'ingénierie financière dans le cadre des interventions ci-dessous.

GESTION DU STRESS

La situation sanitaire actuelle a indéniablement eu **un impact à la fois sur la vie personnelle et sur la vie professionnelle**.

Des effets psychologiques défavorables, mélangeant des symptômes anxieux et dépressifs, sont apparus et pourraient durer plusieurs mois après le confinement.

Défi 2 Conseil est en mesure **d'accompagner tout salarié à faire face à cette situation stressante** et à se ressourcer suite à cet évènement.

FORMATION «QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL»

L'après-confinement pourrait générer de l'appréhension, de l'incertitude, un sentiment de perte de repères, voire d'anxiété et pourrait susciter de **fortes attentes en matière de lien social RSE**, notamment en termes de qualité de vie au travail.

Cette formation vise à accompagner l'entreprise en aidant à **l'élaboration d'une démarche de qualité de vie au travail, en harmonie avec la culture de l'entreprise**, afin de renforcer le lien social RSE avec les salariés et managers.

+

COACHING INDIVIDUEL PAR RAPPORT À DES PROBLÉMATIQUES DONNÉES, IDENTIFIÉES AU PRÉALABLE

Le coaching individuel est un levier de performance, permettant de **prendre du recul sur sa posture et sa fonction**, afin de progresser, acquérir de nouvelles compétences et se développer.

L'équipe de Défi 2 Conseil est en mesure d'aider tout salarié à **travailler sur son développement personnel** (confiance en soi, affirmation de soi, efficacité personnelle) et sur la **résolution de problèmes récurrents** (gestion du stress, équilibre de vie, situation de crise, gestion d'un conflit, etc...).

+

ERGONOMIE

La crise qui vient d'être traversée amène à une réflexion sur le repositionnement des salariés quant à leur **mode de fonctionnement et le rythme professionnel**.

L'accompagnement par nos consultants a pour objectif de renforcer la **compréhension par l'entreprise des notions de base de l'ergonomie** et la **mise en place de changements organisationnels**, afin d'améliorer l'ergonomie et la sécurité.

+