

**Formation Développement Personnel :**  
**APPRENDRE Á REDUIRE SON STRESS**

➤ Objectifs :	Acquérir des outils pratiques pour : <ul style="list-style-type: none"><li>• se débarrasser de son stress</li><li>• retrouver tout son potentiel d'action</li><li>• gagner en efficacité dans chaque action</li></ul>
➤ Validation :	Attestation de stage
➤ Méthodes pédagogiques :	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apports théoriques et conseils pratiques</li><li>• Mises en situation sur des cas concrets et Jeux de rôles</li></ul>
➤ Pré requis :	Aucun pré-requis n'est nécessaire pour cette formation
➤ Lieu de formation :	CCI DES ARDENNES – Sites de Charleville-Mézières et / ou de Sedan
➤ Dates de début :	Á partir du 26 mars 2012
➤ Durée :	2 jours
➤ Coût en € : Coût /personne - Exonéré de TVA	512.00 € Possibilité de prise en charge par un Organisme Paritaire Collecteur Agréé
➤ Nombre minimum de personnes:	2
➤ Contact :	Sandrine DELAN CCI DES ARDENNES – Pôle Formation Continue 18 Ave G Corneau à Charleville-Mézières 03-24-56-62-63 <a href="mailto:sdelan@ardennes.cci.fr">sdelan@ardennes.cci.fr</a>
<i>Pour un parcours personnalisé : nous consulter</i>	
Demande de bulletin d'inscription	