

# Osez l'ÉQUILIBRE

dans un monde de fous

Découvrez une  
**conférence**  
de la **série**  
*inspiration*

## Descriptif

Emmanuel Poirel,  
conférencier



Luc Richard Poirier, conférencier  
et président d'intelligenceSanté

« Il était une fois l'histoire d'un homme qui était tellement préoccupé par son travail qu'un jour, son fils lui remit sa petite voiture préférée en lui demandant de la lui rapporter à la fin de sa journée ».

Tout se passe extrêmement vite et il est de plus en plus difficile de trouver des solutions réalistes pour atteindre un **équilibre** entre la vie personnelle et professionnelle. C'est également tout un DÉFI de demeurer **en santé** lorsque nos engagements ou nos «obligations» nous poussent à devenir de vraies machines. Il arrive malheureusement que cette machine s'use prématurément et tombe en panne pour nous rappeler que nos ressources physiques et psychologiques ne sont pas inépuisables.

Est-il possible d'être équilibré et productif en même temps dans une entreprise ? Comment assumer la responsabilité de ma santé au cœur de toutes mes priorités ? Mes gestionnaires ont-ils vraiment un rôle à jouer en matière de santé dans mon milieu de travail ? Est-ce vrai qu'il y aurait seulement 5% de «faces à claque» mais qu'elles prendraient 95% de l'espace ? Est-ce que la majorité des BURNOUT sont totalement ou partiellement occasionnés par le monde du travail ?

Cette conférence se veut un véritable antidote face à la vitesse excessive qui contrôle parfois notre vie personnelle et professionnelle. Une expérience inspirante et divertissante pour retrouver l'ÉQUILIBRE dans notre monde de fous !

Des idées concrètes, accessibles et percutantes

Une approche personnalisée, humoristique et performante



intelligenceSanté.

2750, rue Einstein, bureau 120  
Québec (Québec) G1P 4R1  
Tél. : 418 650-6021  
Fax : 418 650-6043  
is@intelligencesante.com  
[www.intelligencesante.com](http://www.intelligencesante.com)

**intelligenceSanté** est une entreprise innovatrice spécialisée en gestion de la santé organisationnelle. Sa mission est d'accompagner les organisations dans l'intégration de solutions santé intelligentes et stratégiques en milieu de travail. Une expertise reconnue et distinctive pour mettre à profit la santé du capital humain dans un contexte de productivité, de croissance et de performance organisationnelles.