

Découvrez une  
**conférence**  
de la série  
*reconnaissance*

Offrez-vous de  
vraies **VACANCES**  
en décrochant une  
fois pour toute !

## Descriptif

« Il était une fois l'histoire d'un homme irremplaçable qui n'avait jamais pensé décrocher de sa JOB jusqu'au jour où il fût contraint de prendre les vacances les plus longues de sa vie. »

Les vacances estivales sont souvent perçues comme LA récompense de notre vie de « DÉBILE ». C'est une période qui devrait être synonyme de repos physique et mental MAIS la réalité est parfois complètement différente. On veut tout faire avant de prendre ses VACANCES. On « load » au MAX notre été. On tente de faire plaisir à tout le monde. Finalement, les vacances ne sont plus vraiment reposantes ! Quelques-uns partent préoccupés, certains fatigués et d'autres, tout simplement épuisés.

Comment se sortir du « RUSH » entourant l'arrivée des vacances ? Comment préparer son départ pour se faire une place au soleil ? Comment lâcher prise une fois pour toute ? Comment partir et revenir heureux des vacances ? Comment envisager les éternelles « urgences » de dernière minute ? Comment « dealer » avec ceux qui empoisonnent nos vacances ? Comment sortir de la routine pour être en vacances dès la première journée ? Comment planifier ses vacances sans avoir un agenda de fous ?

Cette conférence se veut une bouffée d'air frais pour mieux se préparer et, par conséquent, mieux profiter des vacances. Une activité pour découvrir comment être en vacances à l'année. Une expérience inspirante et divertissante pour retrouver le goût de se décrocher de « vraies » VACANCES !



Luc Richard Poirier, conférencier  
Président d'intelligenceSanté



intelligenceSanté.

2500, boulevard du Parc Technologique  
Édifice SiliCycle / intelligenceSanté  
Québec (Québec) G1P 4S6  
Tél. : 418 650-6021/Fax : 418 650-6043  
[www.intelligencesante.com](http://www.intelligencesante.com)

*Des idées concrètes, accessibles et percutantes  
Une approche personnalisée, humoristique et performante*

**intelligenceSanté** est une entreprise innovatrice spécialisée en gestion de la santé en milieu de travail. Sa mission est d'accompagner les employés et gestionnaires dans l'intégration de solutions simples, concrètes et accessibles visant l'optimisation de la santé physique et psychologique dans leur vie personnelle et professionnelle. Une expertise reconnue et distinctive pour mettre à profit toute la force du capital humain dans un contexte stratégique de productivité, de croissance et de performance organisationnelle.