

# « OSEZ L'ÉQUILIBRE DANS UN MONDE DE FOUS! »

# ÉQUILIBRE

- ✓ **Est-ce possible de PRENDRE SOIN de sa santé**  
... alors que la société nous pousse à devenir des machines de performance?
- ✓ **Une machine qui peut tomber en PANNE**  
... et nous rappeler que nos ressources ne sont pas inépuisables.
- ✓ **Comment mettre un FREIN à cette vitesse excessive**  
... sans être obligé de sacrifier ses performances professionnelles?
- ✓ **Une réflexion inspirante, qui met en lumière des IDÉES pratiques**  
...pour retrouver son équilibre dans un monde de fous. Une approche qui vise à responsabiliser autant l'employeur que l'employé dans leur rôle face à cette conciliation parfois impensable.



## LA CONFÉRENCE EN 5 POINTS :

- Des **SOLUTIONS** simples, mais applicables, dans un contexte de manque de temps ;
- Évitez les **RECETTES** magiques qui mènent à la maladie du « check » ;
- Dites OUI à la **PERFORMANCE** sans négliger votre vie personnelle ;
- Les limites de la **RESPONSABILITÉ** individuelle VS employeur ;
- Favorisez les saines **HABITUDES** et **HATITUDES** de vie .



L'expertise qui transforme vos leaders en gestionnaires **ÉQUILIBRÉS**  
au profit d'employés **PRÉSENTS, ENGAGÉS** et en **SANTÉ** :



**DATES** : À déterminer      **DURÉE** : 60 à 120 minutes

**FORMATEURS** : LUC-RICHARD POIRIER



**# D'AGRÉMENT\*** : 0054480

**NEQ** : 1143904739

\*Loi favorisant le développement et la reconnaissance des compétences de la main-d'œuvre

## OBJECTIFS GÉNÉRAUX



L'objectif de l'intelligenceSanté est de s'assurer d'avoir des ressources **présentes** (attraction et rétention de main d'œuvre), en **santé** (physique et psychologique) et **équilibrées** (vie personnelle et professionnelle) dans un contexte de productivité, de croissance et de performance organisationnelle. L'approche vise à prendre d'abord soin des gestionnaires et d'accompagner la haute direction pour qu'ils soient en mesure de mieux s'occuper des employés. Vous aurez aussi en main un diagnostic de votre organisation pour vous guider dans vos décisions de santé organisationnelle.

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES DE L'INTELLIGENCESANTÉ



Innovier en matière d'**ATTRACTION** et de **RÉTENTION** de la main d'œuvre | **MOBILISER** les employés au succès de l'organisation | Favoriser l'**ÉQUILIBRE** entre la vie personnelle et professionnelle | Favoriser l'adoption de saines **HABITUDES** et **ATTITUDES** de vie | Migrer de la reconnaissance vers la **CONSIDÉRATION**, le respect et l'empathie | Découvrir de nouvelles **PRATIQUES DE GESTION** gagnantes en matière de santé organisationnelle | **CONVAINCRE** l'équipe de direction de continuer à investir en gestion de la santé | **CONCILIER** les enjeux du capital humain et financier | Adresser les **NON-DITS** qui contribuent à l'exode des ressources | Réduire le taux d'**ABSENTÉISME** et de **PRÉSENTÉISME** liés aux maladies physiques et psychologiques | Assurer une véritable **PRÉVENTION** de la morosité en milieu de travail | S'assurer que les ressources sont toujours à la bonne place en fonction de leurs **TALENTS** et de leurs ambitions | **SENSIBILISER** les ressources vers une prise en charge **RESPONSABLE** de leur santé | Mettre en place les bases d'un micro-diagnostic de santé organisationnelle | Découvrir les indicateurs stratégique en santé organisationnelle

## APPROCHE PÉDAGOGIQUE



1. **Exposés dynamiques** sous forme de présentations participatives\*;
2. Échanges et discussions ouvertes sous forme de **codéveloppement**;
3. **Exercices interactifs** avec des outils concrets, simples et applicables;
4. Mise en situation et jeux de rôles pour l'**intégration pratique**.

\*Le contenu spécifique de chaque activité est ajusté au début de chaque formation en fonction du profil des participants de manière à répondre aux besoins et attentes propres à la réalité de chaque organisation. Une évaluation remplie après chaque activité par les participants permet de mesurer le niveau de satisfaction globale.