

Le stress

5 jours
en
mai/juin



Objectifs

- Former les acteurs à identifier les effets du stress
- Proposer des moyens d'action adaptés aux différents publics.



Programme

- Les aspects fondamentaux du stress, de la physiologie à la pathologie, les effets sur la santé
- L'observation des comportements, les thérapies comportementalistes
- L'approche psychanalytique
- Le stress et les modes de gestion du personnel, approche psychosociologique
- Les médicaments du stress : intérêts et limites, consommation et abus
- Ateliers de relaxation, suivant diverses techniques (sophrologie et autres méthodes)



Intervenants

Médecins (travail, psychiatre), psychologue, infirmière, intervenant en relaxation

Nantes, du 31 mai au 4 juin 2010

590 €