



FORMATION - PRÉVENTION

WORK UNDER PRESSURE

GÉREZ LE STRESS, GARDEZ LE CONTRÔLE

Vous travaillez dans des milieux où la pression est constante, les décisions sont critiques et le stress omniprésent, cet atelier est pour vous.

Une formation sur 1 ou 2 jour(s), alliant pratique et théorie, dispensée en entreprise ou en externat selon la demande

Ancoris

cabinet spécialisé en prévention santé au travail



OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes du stress dans les situations d'urgence
- Développer des stratégies pour mieux gérer la pression
- Améliorer la prise de décision rapide et efficace
- Apprendre à maintenir son calme dans les moments critiques
- Renforcer la cohésion et la communication en équipe
- Acquérir la culture du debriefing et de l'échange

Les apprentissages sont renforcés par une mise en pratique, sous forme de jeux de rôle dispensée par des comédiens.

Cet atelier s'adresse à tout professionnel travaillant en milieu d'urgence : médecins, infirmiers, pompiers, policiers, personnel de sécurité, intervenants humanitaires, et bien d'autres.

Formatrice : Aude Simon

Psychologue FSP spécialisée en psychologie d'urgence et en prévention santé, formatrice d'adultes.

Participants : 8 à 12 personnes

Coût : sur demande selon la durée de la formation souhaitée

Ancoris

Ancoris - Place Centrale 2A - 1920 Martigny
info@ancoris.ch 078 / 257 46 54
www.ancoris.ch