



COMMUNIQUE DE PRESSE
26 novembre 2019

Forum dédié aux dirigeants et managers : des ateliers magiques pour repartir au top !

Etre un(e) super dirigeant(e) ou un(e) super manager n'est pas chose facile... Prendre de la hauteur, repenser son équilibre vie professionnelle/vie personnelle, se déconnecter du travail, faire le tri dans ses dossiers, ... est souvent très compliqué. Face à ce constat l'AIST 84 invite ses adhérents, dirigeants et managers, à un forum spécial le vendredi 6 décembre. Désencombrement, sophrologie, prévention du burn-out, diminution de la charge mentale, réflexologie plantaire, feng-shui, juste connexion... : autant d'ateliers magiques qui permettront à nos participant(e)s de rejoindre la planète des supers boss !

Si toutes les études prouvent que la santé d'un dirigeant, a fortiori d'une PME, a une incidence sur la santé de ses collaborateurs et donc sur celle de son entreprise, il existe aujourd'hui plus de statistiques sur la santé des baleines bleues que sur celles des chefs d'entreprises. Les accompagner pour prévenir leurs risques professionnels est donc primordial mais il faut également s'intéresser aux managers qui sont très souvent confrontés aux mêmes difficultés.

Difficultés à faire face à des changements constants, responsabilités multiples pas toujours évidentes à assumer, gestion du temps et des priorités compliquée, ... sont sources de stress et impactent vie professionnelle et vie privée.

Prendre de la hauteur, s'accorder des pauses, se ressourcer, diminuer sa charge mentale, changer son rapport aux objets, repenser son environnement de travail, se déconnecter, trouver le juste équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle ... tout cela est essentiel pour préserver sa santé physique et mentale, celle de ses équipes et assurer le bon fonctionnement de son entreprise.

Désencombrement, sophrologie, prévention du burn-out, réflexologie plantaire, énergétique des lieux, juste connexion, dépistages auditifs et visuels, ... 9 ateliers animés par des spécialistes seront proposés tout au long de la matinée qui sera clôturée par un cocktail déjeunatoire.

Ce forum aura lieu au Novotel Avignon nord le vendredi 6 décembre de 8h30 à 14h30. Les inscriptions sont gratuites et s'effectuent sur www.aist84.fr onglet « AGENDA ».

Si la surveillance de l'état de santé est notre mission la plus connue, notre rôle ne s'arrête pas là. Nos spécialistes conseillent et accompagnent nos adhérents dans la mise en place de mesures de prévention à travers des actions individuelles et collectives, inter et intra-entreprises, dans le but de préserver la santé physique et mentale de leurs salariés, d'améliorer leurs conditions de travail et de développer une culture de prévention. Des actions qui ne peuvent que contribuer au bon fonctionnement de leurs entreprises et à leur pérennité.

Contacts :

Yann Le Cam - Directeur
06.25.53.03.47
y.lecam@aist84.fr

Lola Jehlen - Chargée de communication
07.71.92.92.72
l.jehlen@aist84.fr

facebook

www.aist84.fr