



Le Syndicat.

L'intelligence émotionnelle au travail

En collaboration avec Debco coaching, une offre exclusive pour les membres d'Unia



Le Syndicat.



A

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta
Envoi commercial-réponse



T 076 321 06 10
niluefer.demir@unia.ch
www.unia.ch

Unia Valais
Place du midi 21
Case postale 2190
1950 Sion 2



Devenir plus fort émotionnellement ?

C'est possible !

Les compétences émotionnelles sont de plus en plus recherchées dans le monde professionnel et elles sont fondamentales pour garantir des relations harmonieuses et constructives au sein d'une équipe.

Ce cours vous permet de :

- Identifier et comprendre le rôle des émotions au travail
- Devenir plus fort émotionnellement et résoudre des problèmes sous pression
- Savoir l'importance de vos besoins et de ceux des autres
- Créer des relations humaines saines et chaleureuses
- Mieux gérer le stress et prévenir l'épuisement professionnel

Ce cours vous aidera à développer votre intelligence émotionnelle au travail et votre résistance mentale pour mieux gérer le stress. Reconnaître vos émotions et celles de vos collègues vous permettra de développer de bons réflexes émotionnels pour avoir une appréciation saine et rapide des enjeux, ainsi que d'agir de façon appropriée en fonction des situations quotidiennes au travail.

Modalités du cours

Groupe 6 à 8 personnes maximum.
Durée 8 séances en groupe et une séance de coaching individuel.
Lieu Unia Sierre - Rue du Temple 3 - 3960 Sierre
Intervention Debco-coaching

Participation

Membres Unia*: CHF 100.-
(Coût effectif de la démarche : CHF 1'250.-)
*selon le règlement « Cotisations et prestations d'Unia »

Une séance d'information, présence indispensable pour cette formation:

Jeudi, 07 avril 2022 à 19 h 00

Secrétariat Unia - Formation :
Nilüfer Demir, T 076 321 06 10, niluefer.demir@unia.ch

Informations sur le contenu du processus :
Debco-coaching

 **Inscrivez-vous au moyen du talon-réponse ci-dessous**

Bulletin d'inscription

- Je m'inscris
- Je participerai à la séance d'information du jeudi 7 avril 2022 à Sierre
- Je ne peux pas participer à la séance d'information. Merci de me contacter

Ma motivation (facultatif):

Nom _____ Prénom _____

Date de naissance _____ Profession _____

Adresse _____ NPA/Lieu _____

Courriel _____ Téléphone _____

N° membre (facultatif) _____