

# Gestion du Stress Qualité de Vie au Travail Prévention des Risques Psychosociaux

MEDIATION FORMATION CONSEIL©

***MEDIATION FORMATION CONSEIL© vous accompagne depuis 32 ans***

***Pour Trouver le Sens de sa Mission, s'Epanouir et se Réaliser***

## **Nous avons bâti une offre de formation riche abordant les aspects majeurs à maîtriser**

Les problématiques liées à la Prévention des Risques Psychosociaux et à la Qualité de vie au travail sont devenues un enjeu stratégique pour toutes les entreprises. En matière de Prévention, les managers de proximité sont en première ligne. Au-delà de leurs compétences métier, la Prévention doit être intégrée dans le management au quotidien.

Au cœur des changements organisationnels, ils sont les premiers à discerner les risques liés au stress, à détecter les signes de mal-être, à apporter soutien et équilibre à leurs collaborateurs. Pour les accompagner dans ces missions, nous avons conçu plusieurs modules de formation pour répondre à ces besoins.

## **Marleine MAZOUZ**

**Consultante et Coach depuis plus de 35 ans**

**Management, Prévention des Risques Psychosociaux, Bien-Etre au Travail et Développement Personnel.**

**Fondatrice et Dirigeante de MEDIATION FORMATION CONSEIL© quelle dirige depuis 32 ans [www.mediationfc.fr](http://www.mediationfc.fr)**

**Enseignante et Superviseur Certifiée en Analyse Transactionnelle dans le Champ Organisation.**

**Fondatrice et Directrice de l'ECOLE D'ANALYSE TRANSACTIONNELLE, quelle dirige depuis 12 ans [www.e-atif.fr](http://www.e-atif.fr)**

*Formatrice, puis Consultante et Coach, elle s'est spécialisée dans les formations en Management, Cohésion d'Equipe Gestion de crise, Efficacité Professionnelle afin d'aborder son métier dans une approche positive et dans une logique de performance et de bien-être au travail.*

***Elle réalise un travail de fond sur l'état d'esprit de coopération entre collaborateurs d'une structure avec comme ligne directrice : L'Assertivité : respect de soi, respect des autres***



## Quelques-unes de nos formations 2020

 <p><b>Gestion du stress</b></p>	<p><b><u>1.1 Gestion du Stress au Travail</u></b>  <i>Permettre à chacun de comprendre et d'agir sur ses propres facteurs de stress au travail et devenir un stress... heureux !</i></p>	<p><b>01-02 juillet 2025</b></p>
 <p><b>Qualité de vie au travail</b></p>	<p><b><u>1.7 Managez et Gérez le Stress de vos Collaborateurs</u></b>  <i>Pour mieux manager et gérer le stress des collaborateurs : la compréhension et la gestion.</i></p>	<p><b>Intra</b></p>
 <p><b>Prévention des Risques Psychosociaux et Burn out</b></p>	<p><b><u>1.2 Les Risques Psychosociaux : les prévenir et les intégrer dans sa pratique managériale</u></b>  <i>Les intégrer dans sa pratique managériale, comprendre les bases indispensables, détecter les facteurs de risque.</i></p>	<p><b>Intra</b></p>
 <p><b>Assertivité et Confiance en Soi</b></p>	<p><b><u>3.7 Estime de Soi et Assertivité</u></b>  <i>Identifier ses qualités et ses limites comportementales en situation de management et gagner en confiance dans son activité au quotidien              S'approprier les principes "Assertivité et Estime de Soi"              Apprendre à désamorcer les situations conflictuelles du quotidien</i></p>	<p><b>Intra</b></p>
	<p><b><u>3.10 Etre Positif et s'inscrire dans une Dynamique de Réussite Professionnelle</u></b>  <i>Meilleur atout pour valoriser son image professionnelle et changer son regard sur les autres.</i></p>	<p><b>Intra</b></p>

[Pour consulter toutes nos formations, cliquez ici](#)

### Nos atouts

- ☛ Une structure légère et réactive
- ☛ Des intervenants à la fois experts et pédagogiques
- ☛ Une pédagogie ancrée dans les métiers
- ☛ L'adaptabilité de nos méthodes et outils
- ☛ Une expérience issue de la réalité terrain



Au cœur de notre action, une équipe pour vous accompagner dans vos projets et enrichir les compétences de vos collaborateurs