



ANUANUA RH

ANUANUA FORMATION

Gérer le stress efficacement

Objectif

Comprendre les mécanismes d'action du stress et acquérir des méthodes et réflexes durables pour réguler son stress.

Durée – 14H



Contact : Alain DUSART Tél : 87.78.34.46
Mail : contactanuanuaformation@gmail.com