

# L'éducation Continue Avec EUTELMED

- ✓ Thématiques de bien-être et santé mentale au travail
- ✓ Différents formats
- ✓ Multilingue
- ✓ Partout dans le monde
- ✓ Animés par nos experts



## NOTRE APPROCHE

Participative, avec des inputs pratiques et/ou théoriques, partages d'expériences, jeux de rôle, mises en situation et techniques de co-développement.

## NOTRE EXPERTISE

La qualité de vie au travail, les risques psychosociaux à l'international et en France, la gestion de crise. Ou encore la mobilité internationale et les contextes multiculturels.

## NOS PUBLICS

Managers et Equipes, Ressources humaines, Personnels médicaux ou para-médicaux, Représentants du personnels, Etudiants, Equipes éducatives, Equipes journalistiques, Modérateurs, etc.

# A Propos D'EUTELMED

Eutelmed est le partenaire clé de nombreuses organisations dans le monde entier pour prévenir les risques psychosociaux et promouvoir la qualité de vie sur le lieu de travail.

Depuis 2010, l'activité principale d'Eutelmed est de prendre soin des personnes et des organisations dans le monde entier, quelle que soit leur langue ou leur culture. Chaque collaborateur, où qu'il soit, a accès aux meilleures solutions en matière de soins de santé. Nous fournissons un soutien et des solutions sur mesure, de la prévention jusqu'aux soins, en fonction de vos besoins.

 +300 consultants et professionnels de santé mentale

 +60 langues disponibles

 +70 pays d'intervention

 +130 clients à travers la planète

**Nous avons le plaisir de partager avec vous notre brochure contenant toutes les informations pertinentes sur nos formations**

Webinaires, conférences, formations, ateliers, coaching et E-learning.



**PEPSICO**



STMicroelectronics

**AIRBUS**

# A EUTELMED, nous proposons

Des thématiques qui, selon vos objectifs, acquisition de compétences, communication, prévention, etc. peuvent être traitées sous différents formats:



## WEB-CONFERENCES & CONFERENCES

Un bon moyen de sensibiliser collectivement vos équipes et vos managers.

### Web-conférences

- Nombre maximum de participants par session : 3000
- Durée : 1h à 1h30

### Conférences

- Nombre maximum de participants par session : aucune limite
- Durée : 1h à 1h30



## ATELIERS & E-WORSHOPS

Un bon moyen d'expérimenter de nouvelles pratiques.

### Ateliers

- Nombre maximum de participants par session : 12
- Durée : 3h

### E-workshops

- Nombre maximum de participants par session : 10
- Durée : 3h



## FORMATIONS & E-FORMATIONS

Un bon moyen d'acquérir de nouvelles compétences et savoir-faire.

### Formations

- Nombre maximum de participants par session : 10
- Durée : 1 à 3 jours

### E-formations

- Nombre maximum de participants par session : 10
- Durée : 1 à 3 jours

Nous pouvons animer tous les sujets en français, anglais et espagnol.

D'autres langues sont disponibles moyennant des frais supplémentaires et en fonction du sujet. Demandez-nous !

# A EUTELMED, nous proposons



## COACHING & E-COACHING

Un bon moyen d'améliorer les performances et l'intelligence émotionnelle

### Coaching

- Session individuelle uniquement
- Durée : 90 minutes

### E-Coaching

- Session individuelle uniquement
- Durée : 90 minutes



## E-LEARNING

Pour améliorer les compétences de vos équipes et de vos managers et développer le bien-être au travail et personnel.

- Nombre maximum de participants par session : illimité
- Durée des modules généraux : 10 à 15 minutes par module
- Durée des modules pour les managers : 25 à 30 minutes par module
- Disponible en plusieurs langues

Nous pouvons animer tous les sujets en français, anglais et espagnol.

D'autres langues sont disponibles moyennant des frais supplémentaires et en fonction du sujet. Demandez-nous !

# Nos Grands Themes :



Prévention en santé mentale et qualité de vie au travail



Prévention des risques psychosociaux



Compétences managériales



Trauma et gestion de crise



Bien-être



Soft skills

## Prévention en santé mentale et qualité de vie au travail

- ✓ **Santé mentale au travail** : comprendre les enjeux et promouvoir les bonnes pratiques.
- ✓ **Gérer son stress.**
- ✓ **Intelligence émotionnelle et émotions au travail** : les comprendre pour s'en servir.
- ✓ **La déconnexion** : un droit et un devoir pour mieux se reconnecter à soi et aux autres.
- ✓ **Gestion de l'agressivité et l'incivilité au travail.**
- ✓ **Gérer sa charge de travail** et optimiser sa concentration.
- ✓ **Savoir télétravailler**

## Risques psychosociaux et prévention

- ✓ **Burn-out** : comment gérer et diminuer les risques ?
- ✓ **Ecoanxiété et vie au travail.**
- ✓ **Le retour à l'emploi** : actions facilitatrices de retour et de maintien.
- ✓ **Micro-agressions au travail** : poser et maintenir les limites (sexisme, racisme, discrimination, harcèlement, etc.)
- ✓ **Harcèlement au travail** : où ça commence et comment en finir ?
- ✓ **Les addictions au travail** : comment les aborder et les gérer ?
- ✓ **Les troubles psychiatriques au travail** : comment gérer ?

## Compétences managériales

- ✓ **Gérer un changement managérial** au sein de son équipe.
- ✓ **Gérer les tensions et les conflits** pour retrouver une meilleure dynamique de groupe.
- ✓ **Travailleurs mobiles ou télétravailleurs**, comment gérer son équipe à distance ?
- ✓ **Gérer avec succès** votre équipe multiculturelle.
- ✓ **Identifier et gérer** un collègue en difficulté psychosociale.
- ✓ **Les clés cognitives** pour créer un environnement motivant et engageant au travail.

## Mobilité Internationale

- ✓ **Les défis de la santé mentale** dans la mobilité internationale. Préparez-vous.
- ✓ **Étudiants et jeunes expatriés** : comment garantir la réussite de leur première expérience d'expatriation ?
- ✓ **La famille dans l'expatriation** : quels enjeux pour chacun et les facteurs de réussite.
- ✓ **Vivre dans des zones sensibles** (isolées, à risque, climat extrêmes). La préparation mentale et la gestion des émotions.

## Trauma Et Gestion De Crise

- ✓ **Les conséquences d'une crise** et leur gestion et leur gestion.
- ✓ **Les premiers soins psychologiques.**
- ✓ **Mise en place d'un programme d'assistance interne** : Les « Bienveillers » ou focal points.
- ✓ **Le traumatisme vicariant** : qui est exposé et comment se comment se protéger ?
- ✓ **Attaques violentes ou terroristes** : les premiers secours psychologiques.

## Le Bien-être

- ✓ **Optimiser son équilibre vie pro / vie perso.**
- ✓ **Savoir se relaxer et se détendre** : pourquoi et comment ?
- ✓ **Utiliser la pleine conscience et pourquoi.**
- ✓ **Optimiser son sommeil.**

## Soft-skills

- ✓ **Résoudre efficacement** les problèmes au travail.
- ✓ **S'affirmer et développer** sa confiance en soi.
- ✓ **Affirmer son leadership.**
- ✓ **Améliorer sa prise de parole en public.**

# Nos Thematiques E-learning

## Bien-être Pro & Perso

- ✓ 10 minutes pour vous libérer du stress
- ✓ Addictions, que dois-je savoir ?
- ✓ Cultiver sa résilience, pourquoi et comment ?
- ✓ Le sommeil de A à Z
- ✓ Le B.A. BA du télétravail
- ✓ 10 minutes pour tout comprendre sur le burn out
- ✓ Manager son manager

## Pour Vos Managers

- ✓ Management d'équipe en période d'incertitude, de changement ou de crise
- ✓ Cohésion d'équipe et gestion du conflit
- ✓ Le leadership
- ✓ Gestion de la charge de travail au sein des équipes
- ✓ Véhiculer le bien-être au travail : les bonnes pratiques managériales
- ✓ La régulation émotionnelle



En Savoir Plus ? Ecrivez-nous à

 [contact@eutelmed.com](mailto:contact@eutelmed.com)

Visitez

 [www.eutelmed.com](http://www.eutelmed.com)

