

Stress Management

13-16 MARS 2010
Orient Palace Hotel 5*
Sousse

Animé par **Nadhem Bardaa**, Consultant Manager of N-Consulting

Présentation & Objectifs:

Le stress est une réaction d'adaptation de l'organisme pour maintenir l'équilibre de l'état intérieur (principe de l'homéostasie). Bien que la réaction de stress soit normale et salutaire pour l'individu, il n'en demeure pas moins qu'un stress plus important entraîne des réactions inadaptées et inappropriées. Alors, le stress coûte cher : il coûte cher à l'individu, aux entreprises et à la société.

Pour que votre stress ne soit PLUS JAMAIS un danger pour votre équilibre et votre santé, et dans le but de mieux maîtriser et gérer le stress, l'Association Scientifique d'Appui à la Recherche et à l'innovation Scientifique ASARIT organise une École de Printemps sur la Gestion du Stress EPGs'2010 du 13 au 16 Mars 2010.

Vous bénéficierez durant 12 heures d'une série de conférences riches d'informations, de méthodes de gestion du stress, et débats complets sur le stress.

Programme:

Samedi 13 mars 2010 à 21h00 : séminaire (prise de contact)

Dimanche 14 mars 2010 :

- de 9h30 à 12h30 : séminaire (séance 1, 3h)
- de 15h00 à 18h00 : libre

Lundi 15 mars 2010 :

- de 9h30 à 12h30 : séminaire (séance 2, 3h)
- de 15h00 à 18h00 : séminaire (séance 3, 3h)

Mardi 16 mars 2010 :

- de 9h30 à 12h30 : séminaire (séance 4, 3h)

Frais d'inscription:

Universitaires : **300 DT**

Industriels : **500 DT**

Paiement par chèque ou par bon de commande à l'ordre de : " Association Scientifique d'Appui à la Recherche et à l'Innovation Technologique (ASARIT)".

Date et Lieu:

L'École de Printemps de la Gestion du Stress EPGs'2010, aura lieu à l'hôtel Orient Palace 5* à Sousse du 13 au 16 Mars 2010.

<http://www.orientpalacetunisia.com/>

Délai:

Le dernier délai d'inscription est fixé au **10 Mars 2010**.

Organisée par:

Supportée par:



Pour plus de détails:

Kaouther MEJDOUB

Secrétariat d'ASARIT, École Nationale d'Ingénieurs de Sfax
PB. 179 - Sfax 3052
Cité El Habib – Tunisie

E-mail: kaouther_2007tn@yahoo.fr

Phone & Fax: 74 677 545

<http://www.asarit.net/>