



Gérer son stress

Formation en ligne

8139.



Il est essentiel de comprendre votre stress, avant de vouloir agir dessus. La deuxième étape consiste à le contrôler pour le vaincre et ainsi changer radicalement de vie. Avec ces 26 vidéos HD, ce cours vous donnera toutes les clés pour dire adieu au stress. David, psychologue et psychothérapeute vous guidera pas à pas pour vous aider à vaincre votre stress.

- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Prix

0 EUR

Classification

[Développement Personnel](#)



Booster sa mémoire - 2h de cours en ligne pour travailler sa mémoire

Formation en ligne

9350.



Dans ce cours en ligne, vous allez apprendre à utiliser 100 % de vos capacités de mémoire. Vous allez travailler votre mémoire avec des techniques pour mémoriser les informations que vous désirez, facilement et efficacement ! Oubliez l'enfer du par coeur, et rejoignez l'élite de la mémoire !

- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Prix

0 EUR

Classification

[Développement Personnel](#)



Réussir par la confiance - Apprendre les clés de la réussite par la confiance en soi

Formation en ligne

2920.



Dans ce cours, proposé par Dr Olivier Madelrieux, expert en neurochimie du cerveau, coach mental de champions sportifs et de célébrités, vous allez découvrir les clés de la réussite pour passer à un tout autre niveau dans votre vie grâce à des techniques avancées de préparation mentale. Les clés de la réussite sont désormais entre vos mains.

- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)

- [Oeuvre](#)
 - Prix
 - 0 EUR
 - Classification
 - [Développement Personnel](#)



Gestion du temps - Une méthode simple et efficace pour mieux gérer son temps et ses priorités

Formation en ligne

10289.

Dans ce cours sur la gestion du temps, Julien Godefroy, met toute son énergie pour vous aider à mieux gérer votre temps. Vous pourrez ainsi mieux gérer vos objectifs, être plus productifs, retrouver un équilibre entre sa vie personnelle et sa vie professionnelle ou encore réduire votre stress.



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)
 - Prix
 - 0 EUR
 - Classification
 - [Business](#)



Apprendre vite et bien - Booster vos capacités d'apprentissage

Formation en ligne

12076.

Ce cours en ligne pour apprendre vite et bien vous donnera toutes les techniques et les clés pour booster votre apprentissage et ainsi apprendre vite, bien et mieux !



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)
 - Prix
 - 0 EUR
 - Classification
 - [Développement Personnel](#)



La gestion de l'imprévu - Devenir un leadership de crise

Formation en ligne

2888.

« Il ne faut jamais oublier de prévoir l'imprévisible » disait Auguste Detoeuf quand tout ne se passe pas comme prévu, il est difficile de piloter l'organisation. Lors d'un imprévu il convient d'opposer la gestion c'est-à-dire la prévision faite de l'organisation mais heureusement il existe des techniques nous affirme Bertrand Robert dans ce cours en ligne. Quand la crise désorganise, la gestion de la crise réorganise, quand l'imprévu fait dérailler, la gestion de l'imprévu ouvre un nouveau chemin, quand l'imprévisible inquiète, la gestion de l'imprévisible rassure, quand l'événement paralyse, la gestion de l'événement agit.

- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Prix

0 EUR

Classification

[Business](#)



Parents : Gérer son stress - Faire de son stress un allié pour plus de sérénité et d'harmonie en famille

Formation en ligne

6118.

Accompagné de l'experte et psychologue Catherine Schwennicke, vous apprendrez dans ce cours de parentalité en ligne à gérer votre stress de parents et à être serein. En tant que parents, vous apprendrez à développer un état d'esprit pour apporter du bien-être à vous-même comme à vos enfants. Avec ce cours en ligne, retrouvez sérénité et harmonie pour votre famille.

- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Prix

0 EUR

Classification

[Développement Personnel](#)

