

# STRESS LESS 2023

www.geoffreymahieu.com

## Réussir n'est pas de la chance mais un ÉTAT D'ESPRIT !

Une théorie répandue affirme que nous n'utilisons qu'une petite partie de nos ressources mentales et physiques : environ 8 % de notre cerveau... & si c'était vrai ?

## BIEN ÊTRE AU TRAVAIL !

### Le bien-être, où commence-t-il au travail ?

Se relaxer est un EMC, un état modifié de conscience. Vous pratiquez la relaxation inconsciemment, elle fonctionne sur 98% des gens.

C'est prouvé, le bien-être au travail a de nombreux impacts positifs sur la productivité, la performance et la fidélisation des salariés, et cela renforce ainsi la compétitivité de l'entreprise. Les salariés heureux feraient d'ailleurs preuve de **31% de productivité supplémentaire**, en comparaison de leurs confrères insatisfaits. De plus, des collaborateurs heureux seraient :

- 55% plus créatifs,
- 9 fois plus loyaux,
- 6 fois moins absents,
- 2 fois moins malades.

Que diriez-vous d'avoir des employés sereins, d'être considéré par vos collaborateurs, de les voir venir travailler avec le sourire d'être reconnu comme « the place to be » ?

Vous voulez que vos collaborateurs évoluent, développent leurs capacités, acquièrent de nouvelles compétences, réveillent leurs potentiel et leurs ressources intérieures enfouies, alors cette formation est pour vous !

Je vous offre les clés pour les aider à pratiquer le bien-être au travail et à aller vers le changement afin de réduire leurs stress.

Un panel de solutions pour les amener au changement.

Et s'ils devenaient leur propre thérapeute ?

### Cette formation va vous apprendre à :

- Gérer votre stress au travail.
- Développer votre bien-être sur votre lieu de travail et avec vos collègues.
- Apprendre à gérer vos émotions en toutes circonstances.
- Vous concentrer sur le « COMMENT » plutôt que sur le "POURQUOI" !

### Et bien plus encore !

Geoffrey Mahieu



- **2022** : Sortie de son troisième livre « Auto-hypnose, exercices à faire partout ».
- **2021** : Sortie de son deuxième livre « Coaching Mental & Business : La Solution Gagnante ».
- **2020** : Sortie de son premier livre « Everything is Possible ».
- **2018** : Reconnu par les États-Unis pour **compétences exceptionnelles** (le seul au monde à avoir reçu cette reconnaissance).
- **2017** : Lancement des formations.
- **2013** : Signature premier champion du monde.
- **2011** : Diplômé en coaching mental.

[gm.coachmental@gmail.com](mailto:gm.coachmental@gmail.com)

### Ce séminaire unique est un PROGRAMME COMPLET qui vous emmènera vers la réussite.

- Devenez votre propre thérapeute.
- Rester calme en toutes circonstances.
- Développez une confiance en vous hors du commun.
- Découvrez les outils et méthodes pour gérer votre stress.
- Devenez, le ou la meilleur (e) en contrôlant vos émotions.
- Libérez vos capacités et augmentez vos performances, grâce au bien-être dans votre entreprise.