

Osez l'ÉQUILIBRE

dans un monde de fous

Découvrez une
conférence
de la série
inspiration

**Dans le cadre du Plan stratégique 2007-2012
de la Commission scolaire de la Capitale,
le comité d'action « Santé globale » est heureux
de vous transmettre la présente invitation.**



Commission
scolaire de
la Capitale

INVITATION À TOUS LES PARENTS DES ÉLÈVES DE LA COMMISSION SCOLAIRE DE LA CAPITALE

MERCREDI LE 1^{er} FÉVRIER 2012,

de 19 h à 21 h,

à l'auditorium du Centre de formation professionnelle Wilbrod-Bherer

5, rue Robert-Rumilly, Québec

(porte 13)

Entrée et stationnement **GRATUITS.**



Luc Richard Poirier, conférencier
et président d'intelligenceSanté

« Il était une fois l'histoire d'un parent qui était tellement préoccupé par son travail qu'un jour, son fils lui remit sa petite voiture préférée en lui demandant de la lui rapporter à la fin de sa journée ».

Aujourd'hui, tout se passe extrêmement vite et il devient difficile de trouver des solutions réalistes pour atteindre un équilibre entre notre vie personnelle et professionnelle. C'est aussi tout un DÉFI de prendre soin de sa santé lorsque nos engagements nous poussent à devenir de « vraies machines » pour performer dans toutes les sphères de notre vie. Il arrive malheureusement que cette machine s'use prématurément et tombe en panne pour nous rappeler que nos ressources physiques et psychologiques ne sont pas inépuisables.

Est-il possible d'être équilibré et productif en même temps dans une entreprise ? Comment assumer la responsabilité de ma santé au cœur de toutes mes priorités ? Mes gestionnaires ont-ils vraiment un rôle à jouer en matière de santé dans mon milieu de travail ? Est-ce vrai qu'il y aurait seulement 5% de « faces à claques » mais qu'elles prendraient 95% de l'espace ? Est-ce que la majorité des BURNOUT sont totalement ou partiellement occasionnés par le monde du travail ?

Cette conférence est un VÉRITABLE ANTIDOTE à la vitesse excessive qui contrôle souvent notre vie. Une expérience inspirante et divertissante, sous le signe du GROS BON SENS pour retrouver l'ÉQUILIBRE dans ce monde de fous !

Des idées concrètes, accessibles et percutantes

Une approche personnalisée, humoristique et performante



intelligenceSanté.

2500, Boul du Parc Technologique
Québec (Québec) G1P 4S6
Tél. : 418 650-6021/Fax : 418 650-6043
www.intelligencesante.com

intelligenceSanté est une entreprise innovatrice spécialisée en gestion de la santé en milieu de travail. Sa mission est d'accompagner les employés et gestionnaires dans l'intégration de solutions simples, concrètes et accessibles visant l'optimisation de la santé physique et psychologique dans leur vie personnelle et professionnelle. Une expertise reconnue et distinctive pour mettre à profit toute la force du capital humain dans un contexte stratégique de productivité, de croissance et de performance organisationnelle.