

une hygiène de vie au service de la performance du manager - manger - récupérer, bouger mieux, pour manager mieux



Filesize: 4.28 MB

Reviews

It is in a single of the most popular ebook. It really is simplified but excitement in the fifty percent from the pdf. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.
(Joy Langosh)


UNE HYGIÈNE DE VIE AU SERVICE DE LA PERFORMANCE DU MANAGER - MANGER - RÉCUPÉRER, BOUGER MIEUX, POUR MANAGER MIEUX


DOWNLOAD



To get **une hygiène de vie au service de la performance du manager - manger - récupérer, bouger mieux, pour manager mieux** eBook, please refer to the button listed below and download the file or gain access to other information which might be related to **UNE HYGIÈNE DE VIE AU SERVICE DE LA PERFORMANCE DU MANAGER - MANGER - RÉCUPÉRER, BOUGER MIEUX, POUR MANAGER MIEUX** book.

AFNOR, 2015. Paperback. Condition: NEUF. Risques psycho-sociaux (RPS), Santé et qualité de vie au travail (SQVT). Autant de notions qui figurent au premier rang des préoccupations des entreprises d'aujourd'hui. Si le management et les ressources humaines ont un rôle prépondérant à jouer dans ces domaines, les individus et les équipes ont néanmoins un pouvoir considérable pour améliorer leur bien-être et leur santé, et donc leurs performances au travail et dans la vie personnelle. Le but de ce livre très pratique : donner à chacun les moyens de mieux se connaître, les informations de base pour analyser ses propres problèmes, et les moyens de les résoudre. Organisé en cinq grandes parties correspondant chacune à un aspect majeur de notre vie d'humains : le sommeil, l'alimentation, l'hygiène de vie au quotidien, l'activité physique, les outils d'amélioration, il comporte de nombreux auto-tests, des informations de santé et d'hygiène, des exercices à pratiquer au quotidien. Sans dogmes, sans préjugés, Sabine Lewkowicz tire parti de son expérience de coach et d'enseignante en yoga chinois, nutrithérapie et sophrologie. Elle nous offre les outils nécessaires à une approche personnelle de l'amélioration de notre mode de vie. Ce livre, utile aux managers comme aux salariés, sera également très précieux pour les équipes de médecine du travail, les infirmiers, les formateurs, coaches et membres des CHSCT, ainsi que pour les responsables RH. - Nombre de page(s) : 230 - Poids : 380g - Genre : Management et Ressources humaines SOLUTIONS POUR.

 [Read **une hygiène de vie au service de la performance du manager - manger - récupérer, bouger mieux, pour manager mieux** Online](#)

 [Download PDF **une hygiène de vie au service de la performance du manager - manger - récupérer, bouger mieux, pour manager mieux**](#)

Other Books



[PDF] Women; Or, Pour Et Contre. a Tale Volume 1

Follow the hyperlink beneath to read "Women; Or, Pour Et Contre. a Tale Volume 1" document.

[Read eBook »](#)



[PDF] Stranger in the Snow/L'Etranger Dans La Neige

Follow the hyperlink beneath to read "Stranger in the Snow/L'Etranger Dans La Neige" document.

[Read eBook »](#)



[PDF] Danny's Blog/Le Blog de Danny

Follow the hyperlink beneath to read "Danny's Blog/Le Blog de Danny" document.

[Read eBook »](#)



[PDF] Danses Sacree Et Profane, CD 113: Study Score

Follow the hyperlink beneath to read "Danses Sacree Et Profane, CD 113: Study Score" document.

[Read eBook »](#)



[PDF] Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love

Follow the hyperlink beneath to read "Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love" document.

[Read eBook »](#)



[PDF] 365 historias b?blicas para la hora de dormir / 365 Read-Aloud Bedtime Bible Stories

Follow the hyperlink beneath to read "365 historias b?blicas para la hora de dormir / 365 Read-Aloud Bedtime Bible Stories" document.

[Read eBook »](#)