INTELCIA UNIVERSITY

15 mars 2025

Adoptez les bons réflexes pour mieux gérer le stress

CERTIFICAT DE RÉUSSITE

Ce document atteste que **Mehdi Addou** a fini la formation "□ Objectif zéro stress : Adoptez les bons réflexes pour mieux gérer la pression"

Résumé de la formation : Cette formation vous permet de comprendre les mécanismes du stress, d'identifier ses causes et d'appliquer des stratégies efficaces pour le maîtriser. Vous apprendrez à renforcer votre résilience et à adopter des réflexes concrets pour mieux gérer la pression au quotidien.

délivrée par Intelcia University - Direction Talent Management

Pour vérifier l'authenticité de ce document, vous pouvez contacter university@intelcia.com

Référence : 6654626277514209

Vous pouvez aussi retrouver ce document sur Internet à l'adresse suivante : https://mylearning.intelcia.com/redirect/api/certification/6654626277514209

intelcia

Naoual Chichaoui
GROUP CHIEF PEOPLE OFFICER

Tarik Daoui
INTELCIA UNIVERSITY MANAGER

intelcia
Direction Talent Management