



# Gérer ses émotions

- ✓ Identifier, gérer et exprimer ses émotions
- ✓ Utiliser l'intelligence émotionnelle dans la communication

**4 cours de 2 heures (1X par semaine)  
pour découvrir le processus émotionnel,  
apprendre à utiliser l'intelligence  
émotionnelle dans la communication, la  
gestion d'équipe, la vente et la gestion  
des conflits**

**Dès 4 personnes : Fr. 50.-/h  
Prix sur demande si moins de  
participants**

**Cours donnés par des Formateurs/trices  
reconnus FSEA**

**Renseignement et inscription :  
myformation.ch  
info.myformation@gmail.com  
079 453 66 87**

