

# CONCILIER SON TRAVAIL ET SA VIE PERSONNELLE

Concilier sa vie professionnelle et sa vie personnelle : c'est possible!

Outiller les individus à concilier le travail et la vie personnelle  
dans une perspective organisationnelle.

## Objectifs

- Décrire ce qu'est la conciliation travail-vie personnelle ainsi que le concept de présence de qualité au travail.
- Nommer les impacts à la valeur ajoutée des mesures de conciliation travail-vie personnelle pour les différents niveaux de l'organisation.
- Cibler les meilleures pratiques en matière de conciliation travail-vie personnelle.
- Mettre en place les conditions de succès propres à soi et à son organisation pour assurer l'efficacité des mesures de conciliation travail-vie personnelle.

## Éléments de contenu

- La définition de ce qu'est la conciliation travail-vie personnelle et quelques statistiques et fausses croyances.
- La présence au travail.
- Pourquoi favoriser la conciliation travail-vie personnelle?
- Les moyens et les conditions de succès pour favoriser la conciliation travail-vie personnelle.

## Clientèle cible

Ouvert à tous

## Durée

Formation en salle de 4 heures  
ou virtuelle de 2,5 heures