

MISSIVE K

MISSIVE : lettre remise entre les mains d'une personne qui doit la faire parvenir au plus vite.
K : abréviation évoquant le capital humain, richesse vivante de l'entreprise.



INTERROGER, EVEILLER, SUSCITER LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

N°8 - SEPTEMBRE 2017



Le sport améliore nos capacités intellectuelles

Les études scientifiques se multiplient pour affirmer que l'exercice physique est bon pour la santé, au point que l'Etat autorise sa prescription médicale pour les affections longue durée. Ses bénéfices sont nombreux (mémoire à long terme, attention, raisonnement, analyse, résolution de problèmes...). SantéVousBien vous éclaire sur les bienfaits des jambes sur la tête.

Rachida NACHAT-KAPPES [santezvousbien.com] 06/09/2017 >> [Lire la suite...](#)

Les solutions pour développer le sport en entreprise

Bon pour la santé, le stress, la motivation... le sport est bon pour l'entreprise, mais il n'est pas toujours facile de marier les deux univers. Des pistes avec le directeur-adjoint du think tank Sport et Citoyenneté.



Sylvain LANDA [lentreprise.lexpress.com] 13/10/2015 >> [Lire la suite...](#)



« L'ultra-trail est l'avatar d'une société de la performance »

L'essor de cette discipline est à mettre en lien avec l'imposition progressive dans notre société de la notion de compétence, qui met systématiquement en balance la maîtrise d'un haut niveau de performance (le « savoir-faire ») et la mise en scène d'un ensemble d'attitudes « authentiques » (le « savoir-être »).

Florence SOULE-BOURNETON et Sébastien STUMPP [lemonde.fr] 10/09/2017 >> [Lire la suite...](#)



DOSSIER : COUPLES AU TRAVAIL

Aubaine ou menace ?

Pour de nombreux couples, il est parfois très difficile de combiner harmonieusement vie professionnelle et vie privée. Trajets interminables, emplois du temps contraignants, heures supplémentaires, voyages d'affaires ou réunions de dernière minute, il arrive que l'on ait peu de temps à s'accorder l'un l'autre... Travailler en couple serait alors une aubaine, l'occasion d'être ensemble... tout le temps. Mais là non plus, vous ne serez pas à l'abri des tensions. Dans pareille situation, le ras-le bol couve et les conflits vous guettent.

LaurentN [you.leparisien.fr] 29/03/13 >> [Lire la suite...](#)



Les 7 clés essentielles pour réussir en couple [Lire la suite...](#)

Ces entreprises qui aident leurs salariés à être de meilleurs parents

Alors que 13 millions d'élèves viennent de rentrer en classe, des entreprises aident concrètement les parents, mais elles sont très minoritaires. Seulement 8% des entreprises françaises bichonnent leurs salariés qui sont parents...



Philippe DUPORT « C'est mon boulot » [francetvinfo.fr] 04/09/17 >> [Lire la suite...](#)

Les 6 facteurs émotionnels du bien-être au travail



Selon Beatriz Arantes (psychologue et chercheuse), l'expérience émotionnelle est la clé du bien-être au travail. Elle nous détaille ses recherches en passant en revue les 6 facteurs émotionnels qui déterminent le bien-être au travail : la pleine conscience, l'authenticité, l'appartenance, le sens, l'optimisme et l'énergie.

Fabrice MAZOIR [blog.emploi.com] 28/08/14 >> [Lire la suite...](#)



REUSSITE

" Les entreprises qui réussissent sont celles qui ont une âme "

Jean-Louis BRAULT