

CULTIVER LE BIEN-ÊTRE. RENFORCER LA RÉSILIENCE. TRANSFORMER LE QUOTIDIEN.

Des formations organisationnelles non cliniques et des outils d'ancrage conçus pour soutenir le bien-être, la résilience et la santé psychologique des populations francophones, des nouveaux arrivants, des équipes de première ligne et des leaders.

SECTEURS D'INTERVENTION & PUBLICS CIBLES

Organismes Communautaires

Stratégies pratiques pour gérer la charge émotionnelle, prévenir l'épuisement et préserver la mission des équipes d'accompagnement.

Nouveaux Arrivants & Établissement

Soutien aux transitions migratoires et intégration (financement IRCC). Outils d'ancrage pour bâtir de nouveaux repères avec confiance.

Équipes de Santé & Services Sociaux

Prévention de la fatigue compassionnelle, de l'hypervigilance et du burnout professionnel pour les intervenants de première ligne.

Organisations & Équipes Diversifiées

Création de milieux de travail sains, inclusifs et psychologiquement sûrs, adaptés aux réalités interculturelles et professionnelles.

PRODUIT SIGNATURE : LE JEU DE CARTES ARTI (20 CARTES D'ANCRAGE)

Des micro-pratiques physiques, concrètes et sans écran pour transformer les apprentissages en habitudes quotidiennes.



ArTi Pro

Prévention du burnout, fatigue compassionnelle et syndrome de l'imposteur.



ArTi Roots

Transition migratoire, adaptation saisonnière et sentiment d'appartenance.



ArTi Balance

Fatigue linguistique, adaptation professionnelle et bien-être au travail.



ArTi Leadership

Charge mentale décisionnelle, résilience collective et leadership durable.

FORMATS DE FORMATIONS & TARIFICATION

Formule	Structure & Durée	Tarif (\$ CAN)	Inclusions Exclusives
Atelier ArTi	90 min 1 module au choix	750 \$ – 1 500 \$	10 jeux de cartes ArTi inclus (valeur 300 \$)
L'Intensif	3,5 h 2 modules complémentaires	1 500 \$ – 3 500 \$	20 jeux de cartes ArTi inclus (valeur 600 \$)
Parcours Résilience	Cursus complet (3 à 4 ateliers)	3 500 \$ – 7 500 \$	30 jeux de cartes ArTi inclus (valeur 900 \$)
Équipe & Leadership	Sur mesure (cadres & questionnaires)	Sur mesure	Accompagnement stratégique du climat et de la santé organisationnelle

39 % des employés canadiens se sentent en situation de burnout (RHSMC, 2025).

3 400 \$ d'économies potentielles par employé grâce à la prévention de l'épuisement.

Commandes & Réservation :

- Jeux de cartes à l'unité : 35 \$ | Lot d'équipe (10 jeux) : 300 \$
- Réserver un appel diagnostique ou demander une proposition personnalisée.

ArTi Bien-être & Conseils

Ottawa (Ontario), Canada

Site Web : www.artibienetre.com

Mention légale : Les services d'ArTi Bien-être & Conseils sont éducatifs, préventifs et non cliniques. Ils ne constituent pas des soins psychologiques ou médicaux.