SANTÉ PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL

Pascal N. Paquette

Psychosociologue · Conférencier · Formateur · Auteur

Comprendre ◆ ressentir ◆ agir

Pascal N. Paquette est psychosociologue. Il aide les organisations à prévenir les risques psychosociaux, à mieux communiquer et à traverser le changement avec assurance.



Les formats

- Conférence
- Atelier-formation
- Facilitation de groupe
- Retraite pour dirigeants
- Coaching professionnel

En personne ou en ligne, en français ou en anglais, au Québec comme à l'étranger, dans le temps dont vous disposez.

Le parcours

Baccalauréat en psychosociologie de la communication et maîtrise en communication interpersonnelle, UQAM (équivalents Licence et Master en Europe). Plus de 30 ans à accompagner des personnes et des groupes, au Québec et en Europe. Ancien conseiller financier, parfaitement bilingue.

Auteur de *Phares dans la Tempête* et du roman *Le Bracelet du Désert*.

★★★★★ **Plus de 130 avis 5 étoiles**

Challenges

Vu sur le site du magazine *Challenges*, janvier 2026

Pascal N. Paquette

Les thèmes

- **La santé psychologique au travail et la prévention des risques psychosociaux (Québec et Europe)**
- La communication organisationnelle
- Les bases de la communication humaine
- Stress et épuisement professionnel, de la compréhension à la prévention
- Le changement, et comment s'y harmoniser
- Choisir judicieusement et décider avec clarté
- La méditation au travail, pour gérer le stress, les émotions et les pensées
- Garder l'humain au centre à l'ère de l'IA

> *« Ce qui distingue Pascal, c'est sa rapidité à comprendre son interlocuteur, sa capacité à concrétiser l'abstrait, et sa capacité à passer à l'action. »*
>
> **Frédéric Chouinard**

Pour qui

- Entreprises et organisations
- Dirigeants, gestionnaires, ressources humaines et employés
- Gestionnaires et professionnels, en coaching individuel
- Congrès et événements corporatifs
- Municipalités, associations et organismes

Inviter Pascal

La prévention commence par une conversation.

Rencontre exploratoire de 15 minutes, offerte

pascalnpaquette.com
pascal@pascalnpaquette.com
+1 514-990-2699