ATELIERS & CONFÉRENCES BIEN-ÊTRE EN ENTREPRISE

NATUROPATHIE
PHYTO-AROMATOLOGIE
NUTRITION /
MICRO-NUTRITION
PRÉVENTION SANTÉ
MASSAGES BIEN-ÊTRE



CLAIRE BAUDY

NATUROPATHE CERTIFIÉE FENA NUTRITION ET MICRONUTRITION PHYTO-AROMATOLOGUE RÉFLEXOLOGUE PLANTAIRE

06 72 07 01 56 baudy.naturopathe@gmail.com www.naturopathierennes.com



ATELIERS & CONFÉRENCES BIEN-ÊTRE EN ENTREPRISE



Sous forme d'ateliers courts d'une à deux heures, demi-journée ou journée complète, j'organise des animations sur-mesure pour sensibiliser vos équipes (salariés, cadres, managers, direction) sur la santé et le bien-être au travail.

CE QUE CELA PEUT VOUS APPORTER:



POUR VOS SALARIÉS

Une meilleure santé, une meilleure concentration et mémorisation des rôles et des tâches, une meilleure attention, une meilleure performance au travail, un meilleur relationnel et un meilleur rapport à la hierarchie, moins d'absences, une stabilité émotionnelle et un risque diminué de burn out.



POUR VOTRE DIRECTION

Des salariés en forme, bien dans leur peau, tant d'un point de vue physique, psychique qu'émotionnel. Des équipes plus soudées, Une meilleure cohésion de groupe. Une gestion plus facile des RH et de l'humain en général. Moins d'absentéisme, moins de difficultés hiérarchiques et relationnelles.



POUR VOTRE ENTREPRISE

De meilleurs résultats tant d'un point de vue humain que d'un point de vue rentabilité. Une entreprise qui développe des valeurs clés autour de l'Humain, pérenne et solide.

Une contribution vraie et majeure à l'image et à la notoriété de l'entreprise, et ce, sur le long terme.

ILS M'ONT FAIT CONFIANCE:

KENVAD & ORDRE DES EXPERTS COMPTABLES DE BRETAGNE ATOL // SAMSIC GROUPE // MONOPRIX

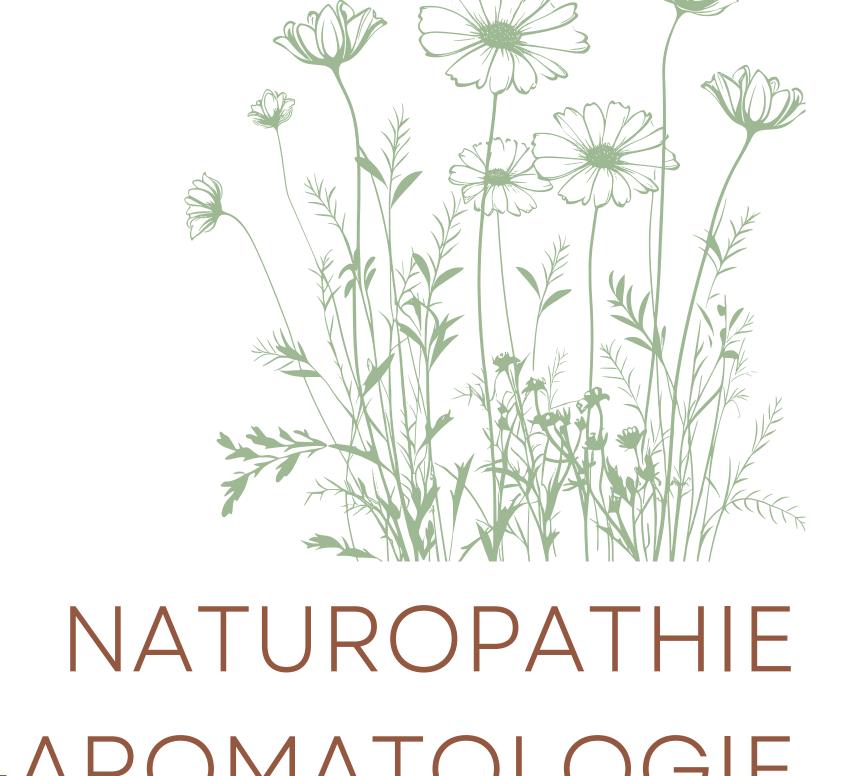
AXA ASSURANCES // LIDL DIRECTION RÉGIONALE BRETAGNE RESEAU ENTREPRENEURS SOLIDAIRE PEP'S

CLAIRE BAUDY

06 72 07 01 56 - baudy.naturopathe@gmail.com

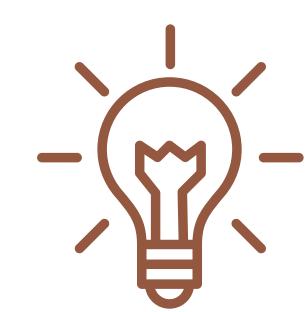
www.naturopathierennes.com

ATELIERS & CONFÉRENCES BIEN-ÊTRE EN ENTREPRISE



NATUROPATHIE
PHYTO-AROMATOLOGIE
NUTRITION / MICRO-NUTRITION
PRÉVENTION SANTÉ
MASSAGES BIEN-ÊTRE

LES ATELIERS THÉMATIQUES:



ATELIERS GROUPE COLLABORATEURS

10 à 15 personnes

FAIS TON JUS

Faire son propre jus de légumes à l'extracteur + explication des bienfaits nutritionnels

TIENS-TOI BIEN

Postures de travail et étirements Utilisation d'une balle anti-stress.

ATELIER DÉCOUVERTE
DES HUILES ESSENTIELLES
plusieurs thèmatiques possibles
: ANTI-STRESS, IMMUNITÉ,
MAUX HIVERNAUX, ENFANTS
avec précaution d'usage et
contre-indications.

ATELIER MANTRAS

« THINK POSITIVE »

Booster son mental!

FAIS TA TISANE BIEN-ÊTRE

Composer sa tisane personnalisée en fonction des principes actifs des plantes.

Durée: de 1 à 3 heures en fonction du contenu



ATELIERS INDIVIDUELS COLLABORATEURS

20 mn par personne

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Séances individuelles de réflexologie plantaire

BILAN DE NATUROPATHIE

Bilans individuels de naturopathie

Installation d'un espace bien-être par mes soins dans un bureau mis à disposition au sein de votre entreprise.

Chaque séance individuelle dure entre 20 et 30mn (massage ou bilan)



CONFÉRENCES INTERACTIVES

de 10 à 50 personnes 1H30

DÉCOUVERTE DE LA

NATUROPATHIE

ET COMMENT L'UTILISER

SIMPLEMENT POUR RESTER

EN BONNE SANTÉ

PRÉVENTION DES RISQUES

DE BURN OUT

POUR LES CHEFS

D'ENTREPRISE

1h d'intervention et mise en pratique avec des outils concrets + 30mn d'interaction

TOUS MES TARIFS
SONT SUR DEVIS UNIQUEMENT.

VOUS AVEZ UN PROJET?
N'HÉSITEZ PAS À ME CONTACTER
POUR ÉCHANGER ENSEMBLE
SUR VOS ATTENTES.

