

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



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

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 hiérarchie, 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 thématiques 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.**

