



06 24 63 50 22



JOURNÉE ENTREPRISE BIEN-ÊTRE

HARMONIE DYNAMIQUE



COHÉSION OPTIMISÉE

Améliorer les relations professionnelles au sein de votre collectif de travail



RELATIONS ÉQUILIBRÉES

Allier la performance et la cohésion de votre collectif de travail



BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

Augmenter la conscience de soi pour fluidifier les relations professionnelles



2,5 heures

C'est le temps que les salariés français consacrent aux tensions professionnelles par jour. (3,2 heures pour les cadres)

2 heures

C'est le temps que les salariés français consacrent aux réunions inefficaces qui ne les concernent pas par jour.

POURQUOI NOUS CHOISIR :

Choisissez l'excellence avec nos experts uniques en cohésion d'équipe et bien-être. Carole GUINAND excelle dans le **renforcement des liens professionnels**, tandis que Jean-Pierre FAYOLLE propose une **approche novatrice** avec des ateliers de respiration et de méditation pour gérer le stress. Leur collaboration offre une solution complète, alliant coaching et bien-être physique, pour des collaborateurs épanouis et performants.

Faite grandir la confiance au sein de votre collectif de travail grâce à nos méthodes :

Cette journée de bien-être en entreprise est l'occasion pour vous et vos collaborateurs :

- D'apprendre à mieux vous connaître
- De développer vos compétences en communication
- De créer un environnement de travail plus positif

RÉSULTATS

RESPONSABILITÉ

ENGAGEMENT

CONFLIT PRODUCTIF

CONFIANCE

LE PROGRAMME DE LA JOURNÉE



Le matin

- Accueil et ouverture par le dirigeant sur le sens donné à la journée
- Jeux brise glace
- Explication base AT et jeux de modélisation

01



Le midi

- Repas créatif en cuisine saine

02



L'après midi

- Atelier de respiration
- Accords Toltèques
- Atelier communication bienveillante
- Méditation aux bols tibétains

03



La fin de journée

- Tour de clôture
- Bilan de la journée, des bénéfices et de l'atteinte des objectifs
- Questionnaire de satisfaction

04

“ Une Entreprise n'ira jamais plus loin que ses dirigeants et que ses équipes ”

Vincent LEHARDT

