

Vital-Forme Occitanie



Soins & Bien-être en entreprise

Le climat social est aujourd'hui au cœur de la préoccupation des employeurs

Je vous propose :

- ✓ D'améliorer la cohésion professionnelle au sein des équipes
- ✓ D'optimiser les performances individuelles et collectives
- ✓ De réduire efficacement les arrêts de travail répétitifs et les congés maladie de longue durée

En vous apportant des solutions adaptées à l'ensemble du personnel :

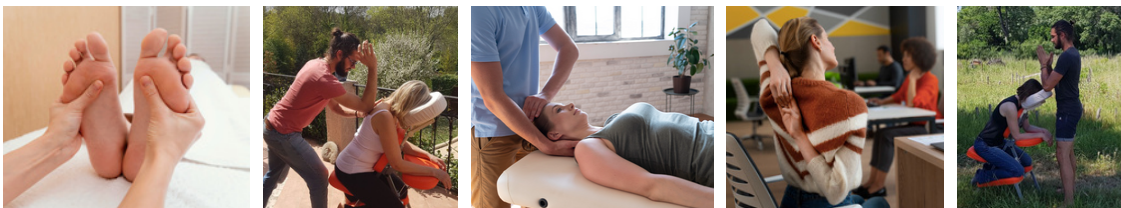
- ↳ Des soins sur chaise ergonomique
- ↳ Des séances de réflexologie plantaire
- ↳ Des ateliers d'auto-massages (Do In)

Afin de prévenir et lutter efficacement contre :

- Le stress
- Le burn-out
- Les troubles musculo-squelettiques
- Le mal-être et la perte de motivation au travail

Je m'appelle Baptiste Candillier

- ✓ Praticien en soins sur chaise ergonomique
- ✓ Réflexologie plantaire
- ✓ Formateur auto-massage (Do In)



Prendre soin de l'ensemble du personnel est gage de succès

Soins sur chaise ergonomique :

30 minutes par personne - Un espace de 10m² est suffisant

↳ Intégration facile dans l'environnement de travail pour offrir une pause régénératrice sans perturber le bon déroulement de la journée

↳ C'est un enchaînement de techniques visant à améliorer la circulation de l'énergie dans tout le corps

Bénéfices clés :

- ✓ Réduction rapide du stress
- ✓ Prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS)
- ✓ Relaxation et détente immédiate
- ✓ Diminution des tensions musculaires et des douleurs



Séances de réflexologie plantaire :

30 minutes par personne - Un espace de 10m² est suffisant

↳ Spécialement adaptée pour un environnement professionnel, la réflexologie plantaire améliore la santé et le moral de vos équipes.

Bénéfices clés :

- ✓ Amélioration du système immunitaire
- ✓ Apaise le système nerveux (stress, tensions)
- ✓ Augmentation de la circulation énergétique
- ✓ Diminution des tensions émotionnelles et physiques

Ateliers d'auto-massages (Do In) :

Formation initiale pour 10 personnes maximum

↳ Transmission de techniques d'auto-massage que les salariés peuvent ensuite appliquer entre eux, favorisant ainsi une autogestion de leur santé et de leur bien-être

Bénéfices clés :

- ✓ Renforcement de la cohésion d'équipe
- ✓ Autonomie des salariés
- ✓ Réduction des tensions et des douleurs musculaires
- ✓ Amélioration des performances physiques et physiologiques



Le bien-être favorise indéniablement la réussite

Plus d'infos sur www.vital-forme-occitanie.fr

contact@vital-forme-occitanie.fr

06.44.17.74.26

SIRET : 877 889 543 0022