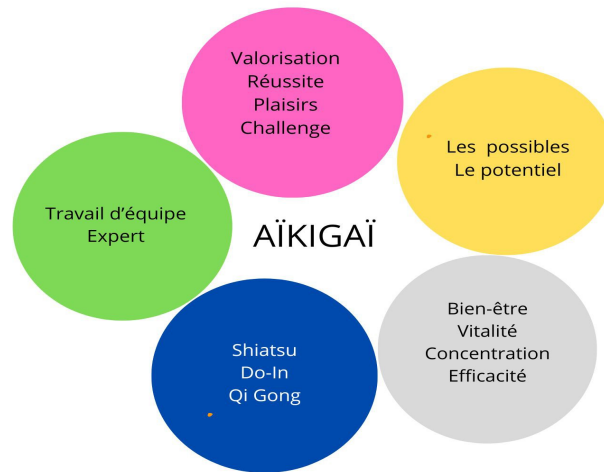


Ethic'care en Entreprise



La Qualité de vie au travail

La QVT, la qualité de vie au travail est au cœur des enjeux de la Responsabilité Sociétale des Entreprises, par sa politique sociale et environnementale de développement durable.

Des ateliers réguliers de bien-être et de la prévention des risques, sont une réponse adaptée au cœur de ces enjeux.

Les bénéfices de ces actions :

Pour l'employeur

- Diminution des arrêts maladie
- Baisse du turn-over
- Prise en compte des besoins
- Salariés plus engagés,
- Salariés plus efficaces
- Climat social apaisé

Pour les collaborateurs

- Réductions des douleurs professionnelles
- Meilleur état d'esprit
- Amélioration des relations interpersonnelles
- Amélioration du bien-être
- Meilleure gestion du stress
- Le salarié se sent reconnu

Améliorer le bien-être de vos collaborateurs, car de lui dépendent les performances de l'entreprise.

Propositions d'actions pour accompagner et soutenir vos collaborateurs :

Le Shiatsu : pour réduire les tensions musculaires et le stress, récupérer et gagner en vitalité.

Séances de 10 min, 20 min, 30 min en présentiel.



Le Qi Gong : pour réduire la fatigue, lutter contre les TMS, gagner en énergie, se concentrer, améliorer l'équilibre, un éveil musculaire.
Séances de 30 min à 1h. Présentiel/ Distanciel



Le Do-In : pour réduire les tensions, les douleurs, développer une boîte à outils de gestes pour s'apporter un bien-être au quotidien.
Séances de 30 min à 1h. Présentiel / Distanciel



Les séances de shiatsu, de Qi Gong ou de Do-In sont adaptées à l'environnement de travail. Elles peuvent être reçues à tout moment de la journée dans un espace prévu à cet effet ou en open space. Ces propositions viennent réduire les TMS (Troubles Musculosquelettiques) et les RPS (Risques Psychosociaux), renforcer la vitalité des salariés et engage l'entreprise dans une action concrète, pour soutenir la bonne santé des salariés.

Les ateliers pourront avoir lieu à Angers-Nantes et leurs agglomérations.

Avec Anne-Cécile Vétault

Praticienne et enseignante en Shiatsu, Do-In et Qi Gong, certifiée et agréée par la FFST et le SPS.
Certifiée par l'association : "Les Temps du Corps" à Paris pour l'enseignement du Qi Gong.
DESU (Université Paris 8) : Intervenante en Education somatique, université Paris 8.

Anne-Cécile est intervenue pour : La fondation Saint Jean de Dieu, Air France, ADP, les palaces parisiens, les agences de communication parisiennes, le rectorat, le Théâtre Gérard Philippe (CDN), Orange, La Poste, Euros TVS, Thales, la police municipale d'Angers, les centres Sociaux d'Angers, la MDS, les Foyers de jeunes travailleurs...etc...

Les ateliers peuvent s'organiser avec une équipe de professionnel-les venant compléter la proposition par d'autres compétences : ostéopathe, spécialiste en cohérence cardiaque, en gestion du stress, en qualité de sommeil, ergonomes...



ANNE-CÉCILE VÉTAULT
TÉL: 06 62 48 26 72



SIRET 451289383 00049 APE 89900F

Contact

Anne-Cécile Vétault – annececilevetault@gmail.com

monshiatsu.com.com - 06 62 48 26 72