

Comment le Shiatsu et la Relaxation Coréenne aident les entreprises faces aux risques psycho-sociaux ?

OBJECTIFS :

- . Réduire la souffrance psychologique au travail : stress, anxiété, dépression, burn-out, manque de confiance, émotivité.
- . Améliorer la santé physique : tensions musculaires, fatigue, migraines, insomnies, sommeil, concentration, immunité.
- . Diminuer l'absentéisme, les maladies professionnelles pour retrouver énergie et dynamisme au travail.

LES TECHNIQUES :

- . Le Shiatsu est assimilé à l'acupuncture avec les doigts. Pression des mains et des doigts, étirements sur le corps, habillé, allongé sur un matelas ou assis sur une chaise ergonomique.
- . La Relaxation Coréenne détente globale : vibrations de tout le corps sur personne allongée et habillée.
- . Le Do In : auto-massage, Shiatsu sur soi, séances collectives.
- . L'écoute et le dialogue bienveillants permettent le lâcher-prise et la prise de distance.

INTERVENTIONS :

- . Plan d'actions élaboré, personnalisé et actualisé, en collaboration avec les acteurs de l'entreprise.
- . Suivi régulier et rapport d'évolution afin d'adapter au mieux les interventions et obtenir de meilleurs résultats.
- . Séances individuelles, collectives sur le site, régulièrement et lors de séminaires.
- . Horaires souples en fonction des besoins.
- . Salariés, personnel de direction.
- . Bons cadeaux possibles.

L'ENTREPRISE SHIATSU NATURE ET BIEN-ETRE : VOTRE PARTENAIRE A CONTACTER

- . Située à Cluny, le développement du Bien-Etre, en Entreprise, dans les collectivités, au domicile des particuliers, est le but de son existence.
- . Chef d'entreprise, proche des personnes et sensible à leurs problématiques, mes différentes formations techniques et psychologiques m'ont amenée à une approche orientale et naturelle.
- . Depuis 3 ans, j'interviens dans différentes entreprises, à l'Ensam, à Equivallée, en Ehpad, en MJC, pour des musiciens et danseurs, des médecins, des sportifs, des artisans, des particuliers à leur domicile.

Marie-Reine MANGELAERS * Praticienne certifiée

2 rue du Pas Etroit - 71250 CLUNY

06 10 82 94 07 - mrm23@orange.fr

(Siret : 480 477 678 00027 APE : 8690F Non assujetti à la TVA)