

Pour chaque franc investi dans la promotion de la santé mentale au travail, les entreprises récupèrent jusqu'à 4 francs en réduction des coûts liés aux absences et au turnover.

Quelles mesures avez-vous établies pour préserver la santé des collaborateurs ?

Notre solution

Atelier à sophro-relaxation en entreprise

Seul le développement d'une véritable culture de la santé débouchera sur des résultats durables.

- permet une gestion efficace du stress, améliore la productivité et la concentration.
- résultats immédiats tangibles.
- en offrant ce service, l'entreprise renforce son image en tant qu'employeur responsable, soucieux du bien-être et du développement personnel de ses collaborateurs.

Sessions d'une heure par groupe sur site – différents packages.

Adapté à toutes et tous : techniques de relaxation et de respiration, de concentration, de visualisation et de mouvements simples.