



La Qualité de Vie au Travail (QVT) au service de la performance et de la cohésion d'équipe

Comment passer d'une situation actuelle génératrice de :

- ✎ Atmosphère tendue et stressante
- ✎ Relations basées sur le contrôle et la méfiance
- ✎ Climat social dégradé
- ✎ Micro-absentéisme en augmentation
- ✎ Communication tendue avec le management
- ✎ Turnover en croissance
- ✎ Inadéquation entre les missions et les compétences
- ✎ ...



à une qualité de vie au travail qui favorise :

- ✎ Un sentiment de bien-être
- ✎ Une ambiance détendue, positive et fluide
- ✎ le développement d'une culture d'entreprise basée sur l'humain
- ✎ la motivation et le sentiment d'implication
- ✎ l'amélioration de la performance et de l'excellence
- ✎ L'instauration des liens sociaux de confiance et de sérénité
- ✎ La culture de l'autonomie et de la responsabilisation
- ✎ Un climat social plus apaisé et harmonieux
- ✎ ...






Les bénéfices pour l'entreprise

Se démarquer par sa capacité à :

- ❧ Renforcer son image de **marque employeur**
- ❧ Véhiculer des **valeurs** respectueuses de la diversité et de la singularité de chaque collaborateur
- ❧ Conjuguer ambition et proximité humaine
- ❧ Valoriser la **performance** et encourager **l'excellence**
- ❧ Faire évoluer sa politique managériale (plus participative et cohérente)
- ❧ **Fidéliser** et **motiver** ses collaborateurs
- ❧ ...

Nous proposons des ateliers pédagogiques, ludiques et adaptables à votre culture d'entreprise :

- ❧ Améliorer son écoute, sa concentration, et son attention
 - ❧ Renouer avec la détente en évacuant toutes les tensions (corporelles, mentales et émotionnelles)
 - ❧ Comprendre le mécanisme du stress pour l'apprivoiser
 - ❧ Retrouver l'équilibre entre vie privée et vie professionnelle
- 
- ❧ Découvrir son fonctionnement pour changer de regard sur soi et sur les autres
 - ❧ Retrouver la confiance en ses capacités
 - ❧ Se réconcilier avec ses émotions inconfortables
 - ❧ Lâcher prise pour vivre sereinement au quotidien
 - ❧ Cultiver des relations harmonieuses avec ses collègues et sa hiérarchie
 - ❧ Asseoir sa légitimité lors d'une prise de poste
 - ❧ S'adapter au changement (interne et/ou externe)
 - ❧ ...

Contacts



Fatiha Amelot : 06.31.94.46.67

Sandrine Taris-Lalanne : 06.37.65.83.90

Sophrologues Certifiées

Coachs professionnelles certifiées

Messagerie : nouvelelan40@gmail.com

