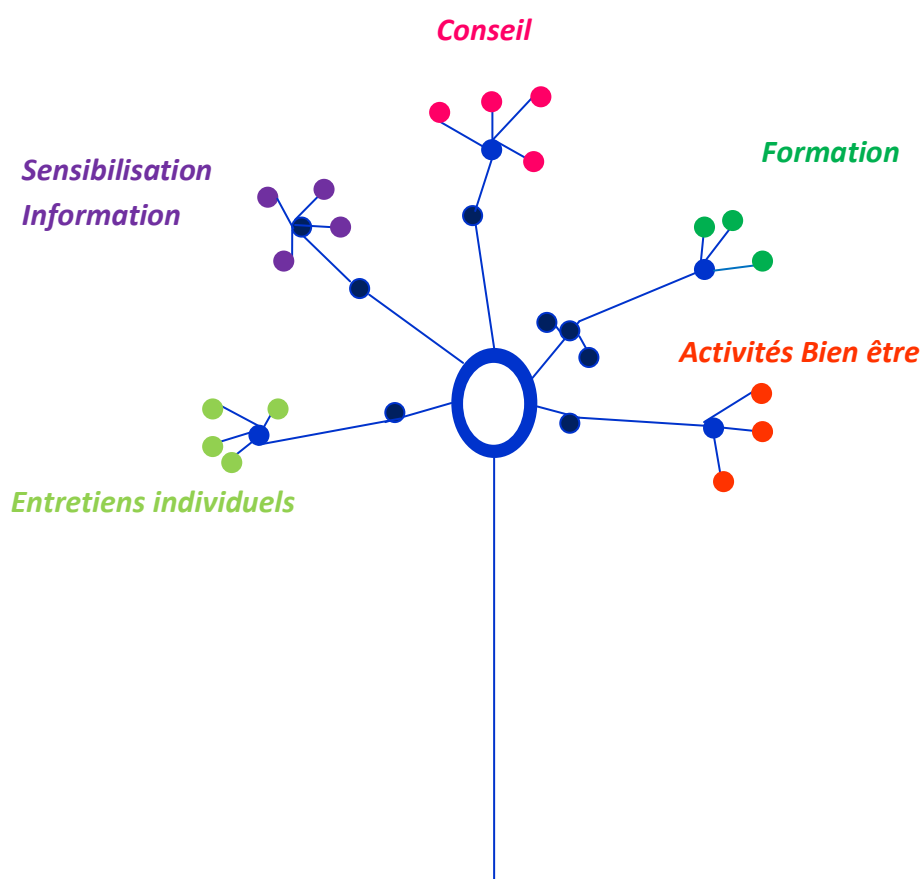


Améliorer le bien être au travail



Expertise & Innovation

au service de la vie, au cœur de la performance

OAZEN

40 rue Madeleine Michelis

92200 Neuilly sur Seine

www.oazen.fr

Claire Alice Bottiau

Consultante - Relaxologue

tel : 06 14 20 26 44

Une triple expertise à votre service

1. L'entreprise, ses objectifs et ses contraintes
2. Les techniques et les attitudes bien être efficaces
3. La pédagogie participative orientée vers l'autonomisation

Conseil

- Accompagner l'élaboration de votre projet
- Réaliser la mise en œuvre
- Mesurer l'impact des actions entreprises

Sensibilisation, Information

- Adapter l'information au contexte et aux publics
- Communiquer de façon vivante et interactive
- Impliquer et mettre en mouvement les personnes



Entretiens individuels

- Créer un cadre d'échanges bienveillant et structurant
- Ecouter avec empathie pour favoriser les prises de conscience aidantes
- Accompagner, informer, orienter... en fonction de l'objectif défini

Formation

- Concevoir et animer des modules de formation adaptés aux contextes
- Améliorer le rapport au temps, aux autres et à soi même pour concilier bien être et performance
- Accompagner et soutenir les changements au niveau individuel

Activités Bien être dans l'entreprise

- Salle aménagée par nos soins avant chaque séance : ambiance, musique...
- Ateliers de Relaxation, packs thématiques de 10 séances collectives
- Assistant Personnel de Bien être en ligne : séances de détente flash à disposition des abonnés 24h/24 sur le site www.oazen.fr
- Programme personnalisé d'apprentissage de la relaxation à distance
- Toucher relaxant : séances de shiatsu, réflexologie plantaire, massage assis, massage tête-nuque