



LA NATUROPATHIE ET BIEN-ÊTRE EN ENTREPRISE

La Naturopathie

La naturopathie est une approche globale de la santé, qui répond au besoin de plus en plus présent de naturalité et de soins respectueux de la santé. Elle permet de corriger les déséquilibres issus de mauvaises habitudes de vie et de stimuler les capacités de l'organisme pour retrouver vitalité, énergie et santé. Elle s'adresse à tous, adultes et enfants, et apporte des solutions simples et efficaces pour les petits et grands soucis quotidiens : fatigue, intolérances alimentaires, gestion du poids, sommeil, stress, douleurs articulaires...

Des techniques naturelles

Alimentation, gestion du stress, activité physique, phytothérapie, aromathérapie, hydrothérapie, massages

Des Ateliers Bien-Être pour vos salariés

Pour créer, développer, produire, il faut se sentir bien. Bien dans son corps, bien dans sa tête, bien dans son entreprise. Les ateliers Bien-Être, voyage au cœur de la santé naturelle, participent à la vie d'entreprise.

De nombreux thèmes peuvent être abordés (alimentation et nutrition, gestion du stress, sommeil, immunité, plantes et santé...) et déclinés selon vos envies et vos besoins. N'hésitez pas à m'en faire part.

La durée d'un atelier peut varier d'une à plusieurs heures. Des demi-journées thématiques peuvent également être organisées autour d'un ou plusieurs thèmes, notamment lors de séminaires.

De réels avantages

- Renforcer l'esprit d'équipe et la cohésion sociale**
- Dynamiser votre image auprès de tous (salariés, clients, actionnaires, acteurs économiques, grand public...)**
- Enrichir votre démarche RSE**
- Prévenir les problèmes de santé et réduire l'absentéisme (arrêts maladie, burn-out...)**
- Offrir un cadre de travail agréable et limiter le turn-over**
- Avoir une politique d'entreprise responsable et attractive**
- Améliorer les performances de chacun**
- Offrir à tous, salariés et dirigeants, un moment de bien-être et de détente et découvrir les clés de la vitalité, du bien-être et de la santé**

Ils m'ont fait confiance

General Electric - La Défense
Free Corpus - Vincennes
Café Couture - Champigny sur Marne
Botanic - Pontault Combault
CaTuFé - Champigny-sur-Marne
Carrefour Pincevent - Ormesson
Isupnat - Paris

Qui suis-je ?

Naturopathe depuis plusieurs années, je consulte dans mon cabinet à Champigny-sur-Marne. J'anime des ateliers Bien-Être en entreprise, centre de bien-être ou en magasin bio.

Je suis également auteur d'articles pour les revues *Plantes & Bien-être*, *Santé Corps Esprit* et *Plantissime*, ainsi que d'un ouvrage paru aux éditions Leduc, *L'hypothyroïdie sans médicaments*.