

BESOIN DE MIEUX VIVRE SON EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE ?

BE LIVE FORMATIONS EST LÀ POUR VOUS !

Faites vivre à vos salariés une **expérience inédite** pleine de **sens**.

1 français sur 3

se déclare anxieux ou dépressif notamment à cause de l'environnement, de la charge de travail, des processus ...

Il est temps de mettre en place des actions pour le mieux-être des salariés, managers et dirigeants ! Pour cela, Be Live Formations vous propose des ateliers de méditation, de pleine conscience et de yoga.

DIFFÉRENTS OBJECTIFS //

- Sensibiliser et convaincre les employeurs et les salariés des bienfaits de la pratique
- Créer les conditions favorables au développement de la pratique et lever les obstacles
- Accompagner, en proximité, les employeurs dans leur démarche

PACK MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

SUR DEVIS

Vous souhaitez améliorer l'expérience professionnelle de vos collaborateurs, développer l'esprit d'équipe et garder les talents dans votre société ? Be Live Formations anime des ateliers conférences et applique des programmes d'initiation en entreprise en présentiel et en distantiel.

L'objectif ? Accompagner vos managers et collaborateurs pour consolider leur solidité intérieure et mieux vivre leur expérience professionnelle.

Différentes thématiques :

- Prendre conscience de sa posture professionnelle
- Mieux vivre ses relations au quotidien
- Adapter son comportement aux aléas de la vie professionnelle



En entreprise



Managers,
directeurs,
collaborateurs



Intervention au
trimestre ou à
l'année



En présentiel
ou distantiel



15 personnes
/ ateliers

Vous souhaitez offrir à vos salariés des moments d'activités physiques axés autour de la pratique du Yoga ? Be Live Formations intervient dans les entreprises afin d'animer des ateliers Yoga le temps du midi ou du soir.

L'objectif ? Rompre la sédentarité au travail, offrir une pratique sportive régulière aux collaborateurs et leur apporter des outils de relaxation pour leur permettre de mieux vivre leur expérience professionnelle.



En entreprise



De 30 min à 1h00



Matériel fourni



Du mardi au vendredi



Midi ou Soir*



MES ENGAGEMENTS



Épanouissement



Authenticité



Mieux-Être

88%

des maladies professionnelles sont liées à des troubles musculo-squelettiques tels que des tendinites ou des lombalgies.

1 salarié sur 5

souffre de douleurs chroniques liées à la sédentarité au travail.

1 salarié sur 4

est obligé de se mettre en arrêt maladie.



TÉMOIGNAGES CLIENTS



ART & FENETRE

Atelier conférence



« Une belle surprise ! Cette conférence a permis de mieux sensibiliser les dirigeants sur leur santé physique et mentale. »

DECATHLON

DECATHLON

Atelier découverte



« Cet atelier a permis un vrai moment de détente et de cohésion au sein du groupe. »



AXIMA EQUANS

Ateliers conférence & découverte



« Un atelier enrichissant pour permettre aux techniciens et managers de mieux appréhender la santé et la sécurité au travail. »

