

PARLONS QVT / QVCT

Qualité de Vie au Travail

*Le bien être pour tous
vos collaborateurs*



COCOon - Corinne Fraise Réflexologie

Espace Cléomnès

52 rue de l'aérodrome
44400 REZE

<https://www.cocoon-reflexologie.com/>

POURQUOI LE BIEN ETRE EN ENTREPRISES ?

L'enquête réalisée en 2022 par Alan et Harris Interactive, révèle que les salariés français ne veulent plus choisir entre leur bien-être mental et leur carrière !

Selon cette étude

- 85% déclarent que l'amélioration du bien-être mental au travail renforcerait leur fidélité à l'entreprise.
- 86% des salariés affirment que leur motivation serait renforcée si leur entreprise mettait en place des actions concrètes.
- 86% des salariés considèrent l'entreprise responsable de leur bien-être mental.

Les 3 chiffres clés de cette étude

91%

Des Français estiment que les difficultés psychologiques sont de plus en plus répandues au travail.

71%

Des salariés ayant fait face à une difficulté psychologique ont un envie de changement profond : de poste, d'entreprise ou reconversion.

85%

Des salariés déclarent que l'amélioration du bien-être mental renforcerait leur fidélité à leur employeur.

En France, le coût social du stress (dépenses de soins, celles liées à l'absentéisme, aux cessations d'activité et aux décès prématurés) a été estimé en 2007 entre 2 et 3 milliards d'euros (étude INRS et Arts et Métiers ParisTech).

MON OFFRE



Séances individuelles

Des séances courtes de 30mns, sur le visage et les oreilles, pour :

- ✓ Relâcher les tensions physiques
- ✓ Apaiser le stress
- ✓ Procurer énergie et vitalité
- ✓ Stimuler la créativité et la concentration
- ✓ Tout simplement détendre et soulager.

Ces séances sont idéales pour prévenir RPS (Risques Psycho Sociaux) et TMS (Troubles Musculo Squelettiques)

Tarifs : 45 euros TTC/ séances (ce prix inclus tout le matériel) + frais de déplacement

Atelier

d'auto stimulation

En groupe de 8 à 10 personnes maximum, je présente ma pratique et propose des gestes d'auto stimulation sur le visage et les mains. (thème à définir)

Je transmets également des conseils pour l'utilisation des huiles essentielles indispensable pour apaiser le quotidien. Chacun devient acteur de son bien être et repart avec des gestes à reproduire pour soulager stress et tensions, et un bonus bien être.

Ces ateliers d'1H00 environ sont des moments de partages et d'échanges autour du bien être.

Tarifs : 100 euros TTC /heure (ce prix inclus la préparation + le matériel + les huiles essentielles + un bonus) + frais de déplacement

J'étudie et vous présente un devis pour toute demande de prestation
Intervention sur Nantes et sa Région
(au delà de 20km autour de Nantes, forfait hors périmètre 50euros A/R)

BUTS ET OBJECTIFS

Pourquoi des séances de réflexologie en entreprise ?

La réflexologie est une approche novatrice pour améliorer l'expérience de vos collaborateurs et favoriser la Qualité de Vie au Travail.

La mise en place de séances régulières offre des résultats quantifiables, qui augmentent significativement l'épanouissement des employés au sein de leur environnement professionnel.

Quels sont les avantages de la réflexologie pour votre entreprise ?

- ✓ Une QVT renforcée et une réduction des coûts liés à la santé (burn out, douleurs chroniques...)
- ✓ Un sentiment d'appartenance plus important de vos équipes, et moins d'absentéisme
- ✓ Une ambiance plus sereine et un sentiment d'apaisement général
- ✓ Une augmentation de la productivité et de la créativité
- ✓ Permettre à vos collaborateurs de prendre soin d'eux, même sur leur lieu de travail

LA RÉFLEXOLOGIE EST BIEN PLUS QU'UNE TENDANCE. C'EST UN OUTIL INDISPENSABLE POUR AMÉLIORER LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL. C'EST TOUT SIMPLEMENT UN INVESTISSEMENT DANS LA SANTÉ ET LE BIEN ÊTRE DE VOS ÉQUIPES ET DE VOS TALENTS.

Etes vous prêts à offrir une expérience exceptionnelle de bien être a vos collaborateurs ?

ILS EN PENSENT QUOI ?

RETOURS COLLABORATEURS



“Suite à des séances proposées par mon entreprise j’ai pu découvrir la réflexologie et je ne regrette absolument pas ! Corinne est chaleureuse et à l’écoute de toutes nos douleurs. Avec son format “découverte” conçu spécialement pour les consultations en entreprise j’ai pu sortir de cette séance détendue et soulagée d’un poids. Je recommande chaleureusement Corinne et ses mains de fée 😊”

Visité en février au sein de l’IA- Intelligence Apprenante

“J’ai eu l’occasion de découvrir les services de Corinne au sein de mon entreprise. C’était une très belle découverte, un moment de détente très agréable. Corinne explique très bien la réflexologie et est très douce dans sa pratique. Je reviendrai !”

Visité en février au sein de l’IA- Intelligence Apprenante

“Dans le cadre de notre semaine de la qualité de vie et des conditions de travail, Corinne FRAISSE apporte un moment suspendu de bien être et de détente à nos collaborateurs par des séances de réflexologie de 30 minutes. L’effet est extrêmement positif et chaque expérience unique permet de se ressourcer. Nous ne pouvons plus nous passer de ces séances lors de nos semaines de la QVCT tellement le bien être se voit sur les visages de nos collaborateurs... Merci pour eux Corinne 😊”

S.LELIEVRE - DRH IA -Intelligence Apprenante

RETOURS ENTREPRISES

[_pour en savoir plus_](#)

A PROPOS DE MOI...

Dynamique et bienveillante, prendre soin de tous est mon leitmotiv.

Durant mes longues années au sein d'une grande entreprise française, j'ai croisé de nombreux collaborateurs en difficultés.

Quand j'ai entamé ma reconversion dans le monde du bien être, et que l'on m'a demandé quel serait mon objectif en tant que réflexologue, ma réponse était toute simple : développer ma pratique au sein des entreprises, pour soulager les tensions liées au stress et améliorer l'expérience professionnelle de chacun.

Je souhaite m'inscrire profondément dans une démarche de prévention des troubles que nous connaissons, liés au stress et à ce rythme effréné que nous subissons tous.

Mes motivations ? mes envies ? mes formations ? mon site internet est à votre disposition.



[_pour en savoir plus_](#)