

Boostez la performance et le bien-être de vos équipes avec la réflexologie !

Offrir des séances de réflexologie en entreprise, c'est répondre aux besoins croissants de bien-être des collaborateurs tout en soutenant leur efficacité et leur engagement au travail. Une pause ressourçante permet de réduire le stress, d'améliorer la concentration, et de renforcer l'équilibre physique et mental de chacun, sans quitter le lieu de travail.



Pourquoi la réflexologie est un allié de votre politique de bien-être pour votre entreprise ?



Prévention des Risques Psychosociaux (RPS)

Faire appel à un réflexologue en entreprise se révèle être une solution efficace pour réduire le stress et prévenir le burnout. Une séance de réflexologie permet à chaque employé de s'accorder un moment pour soi, de se recentrer et de s'évader des préoccupations du quotidien.

Prévention des troubles musculosquelettiques (TMS)

Les troubles musculosquelettiques (TMS) liés aux postures statiques et aux mouvements répétitifs sont l'une des premières causes d'inconfort et d'absentéisme au travail. La réflexologie en entreprise constitue une solution préventive efficace pour réduire les tensions musculaires, corriger la posture, et ainsi diminuer considérablement le risque de TMS.



Renforcement de l'engagement et du moral

Un environnement de travail qui valorise le bien-être améliore la satisfaction et la fidélité des équipes.

POUR LES COLLABORATEURS



Imaginez vos équipes profiter d'un moment de détente privilégié en plein cœur de leur journée de travail!

Avec les massages bien-être proposés par Racines, vos collaborateurs pourront s'évader quelques instants, prendre du temps pour eux et revenir plus détendus, concentrés et productifs.

Qui n'a jamais rêvé de se faire masser au bureau ? Mes séances de réflexologie sont l'occasion parfaite de se couper du quotidien, de relâcher les tensions et de renouer avec son bien-être, sans quitter l'espace de travail.

Pourquoi choisir Racines pour votre entreprise ?

- **Un succès assuré** : les entreprises qui font le choix de déployer cette initiative constatent un véritable engouement parmi leurs équipes, renforçant la cohésion et la satisfaction au travail.
- **Une pause bien-être pour mieux reprendre** : ce moment de relaxation aide à évacuer le stress et à retrouver de l'énergie pour le reste de la journée.
- **Des effets positifs concrets** : des salariés moins tendus, plus apaisés et motivés contribuent directement à un environnement de travail sain et équilibré.



Mes prestations



Réflexologie crânio-faciale

Elle libère les tensions accumulées et favorise une relaxation profonde.



Réflexologie plantaire

Elle active la circulation de l'énergie, soulage les tensions et améliore l'équilibre interne



Réflexologie palmaire

Elle aide à calmer le système nerveux, offrant une sensation de détente en quelques minutes.

Une démarche simple et accessible pour le bien-être de vos collaborateurs.

Mon approche en entreprise est pensée pour être flexible et facilement déployable. J'apporte tout le matériel nécessaire et propose des créneaux adaptés aux horaires de vos employés, que ce soit durant la pause déjeuner ou à d'autres moments clés de la journée.

- **Simplicité de mise en place** : la réflexologie s'intègre sans effort dans votre organisation, avec une logistique minimale. (*ex: une salle pouvant accueillir une table de massage*)
- **Adaptabilité aux besoins de l'entreprise** : les séances s'ajustent aux disponibilités de vos équipes, afin de s'intégrer naturellement dans leur journée. (*entre 15 et 20 min/personne soit 3 pers/heure*)
- **Bien-être garanti pour les collaborateurs** : grâce à cette accessibilité, chacun peut profiter pleinement de ce moment de détente sans contrainte.

Tarifs

Besoin d'un devis rapide ? Contactez moi pour connaître les tarifs. !