

# Le Bien-Être au Cœur de Votre Entreprise

avec Brindilles & Harmonie

---



# L'importance du Bien-Être pour Votre Entreprise

Chez Brindilles & Harmonie, nous croyons profondément que l'harmonie est la clé du succès, tant pour les individus que pour les entreprises. Notre mission est de créer un environnement où le bien-être et la prospérité s'entrelacent pour former une symphonie parfaite.

---



Christelle Parenti, la visionnaire derrière Brindilles & Harmonie, incarne notre engagement envers le bien-être. En tant que naturopathe énergéticienne et praticienne en PNL, elle combine son expertise en santé naturelle avec sa passion pour aider les individus à atteindre pleinement leur potentiel. Christelle est le chef d'orchestre de cette mélodie de bien-être, guidant nos clients vers l'harmonie tant recherchée.



"L'harmonie est la clé de la réussite." - Confucius

# Épanouissement Professionnel et Personnel

Le bien-être de vos salariés est notre priorité absolue. Nous sommes fiers de vous offrir des services conçus pour inspirer le progrès, l'épanouissement, la prospérité et l'harmonie dans votre entreprise.

---

## Description de Nos Services

### **Ateliers Collectifs et Individuels : groupe de 10 personnes maxi**

Nos ateliers sont des espaces de croissance personnelle et professionnelle où vos salariés vont acquérir des compétences essentielles. Nos thèmes d'ateliers couvrent une gamme complète de sujets, en voici 3 exemples :

- Gestion du Stress grâce à la Respiration
- Performance au Travail : Gérer son Énergie
- Le Petit Déjeuner Énergétique

### **Accompagnement Personnalisé individuel**

L'accompagnement individuel offert par Christelle Parenti est une expérience sur mesure. Elle utilise son expertise en naturopathie, PNL, et autres approches holistiques pour accompagner vos employés ou cadres vers l'atteinte de leurs objectifs professionnelles tout en priorisant l'équilibre vie professionnelle et vie personnelle. Que ce soit pour retrouver la confiance en soi, développer des compétences essentielles, apporter son expertises dans la gestion de du conflit ou des risques psychi-sociaux, l'accompagnement personnalisé est une opportunité de croissance.

# Comment Brindilles & Harmonie Améliore le Bien-Être des Salariés

Le bien-être des salariés est au cœur de notre mission. Nous croyons que des employés épanouis sont essentiels à la prospérité de votre entreprise. Nos services favorisent :

- La réduction du stress, ce qui se traduit par des employés plus calmes, plus concentrés et plus heureux.
- L'optimisation de l'énergie, aidant vos employés à gérer efficacement leurs journées de travail, ce qui se traduit par une productivité accrue.
- L'adoption de pratiques nutritionnelles saines, favorisant une meilleure concentration, un maintien de leur énergie et leur concentration ainsi qu'une meilleure santé globale.
- L'acquisition de compétences essentielles pour la croissance personnelle et professionnelle.



"L'entreprise prospère lorsque ses employés prospèrent." - Jason Lauritsen

# Ateliers de Bien-Être

Voici les principaux ateliers de bien-être et participatifs, conçus pour stimuler l'épanouissement personnel et l'excellence professionnelle de vos salariés :

---

## **Gestion du Stress grâce à la Respiration**

C'est un atelier où vos collaborateurs pourront tester différentes méthodes de gestion du stress pour maintenir la sérénité dans les moments de pression, réduire leur niveau d'anxiété et retrouver la paix intérieure.

## **Performance au Travail : Gérer son Énergie**

De manière ludique, vos salariés découvriront comment optimiser leur énergie pour maintenir leur concentration sans s'épuiser. Ils seront ainsi plus efficaces et productifs.

## **Le Petit Déjeuner Énergétique**

Le petit déjeuner est la clé d'une journée réussie. Vos employés découvriront comment choisir des aliments nutritifs et sains pour maintenir leur concentration, leur énergie et leur bien-être général. Ils auront accès à des conseils pratiques pour des petits déjeuners équilibrés et délicieux. Cet atelier comprend dégustation et explications pratiques pour que chacun puisse rapidement mettre en pratique les conseils personnalisés.

Pour d'autres thèmes, nous consulter, d'autres sont en cours de conception. La durée d'un atelier est de 1 à 2 heures.

# Avantages pour Votre Entreprise

## Le Bien-Être des Employés, le Trésor de l'Entreprise

Le bien-être des employés n'est pas seulement un objectif noble, mais aussi un investissement stratégique pour votre entreprise. Voici comment le bien-être des salariés profite à votre entreprise :

---

### Réduction des Risques Psycho-Sociaux et du Stress

En priorisant le bien-être de vos employés, vous réduirez considérablement les risques psycho-sociaux et le stress au sein de votre entreprise. Les avantages se traduisent par :

- Une amélioration de la santé mentale des salariés, ce qui réduit les arrêts maladies liés au stress et à l'anxiété.
- Une diminution des conflits interpersonnels, favorisant un climat de travail harmonieux et positif.
- Une réduction des coûts liés au stress, tels que la formation de remplacement ou le recrutement de personnel.

### Augmentation de la Productivité et de l'Engagement

Des employés épanouis sont plus productifs et engagés. Les ateliers améliorent leur concentration et aident à trouver un équilibre entre leur vie professionnelle et personnelle. Les conséquences sont :

- Une augmentation de la productivité, car des employés équilibrés et énergisés travaillent de manière plus efficace.
- Une plus grande satisfaction au travail et un engagement renforcé, ce qui se traduit par une meilleure qualité de travail
- Une culture d'entreprise positive, motivant les employés à donner le meilleur d'eux-mêmes.

# Avantages pour Votre Entreprise

## Fidélisation des Talents et Réduction de l'Absentéisme

Investir dans le bien-être de vos employés renforce la fidélisation des talents et réduit l'absentéisme. Les avantages comprennent :

- La rétention de personnel qualifié, ce qui réduit les coûts liés au recrutement et à la formation.
- Une diminution de l'absentéisme lié au stress et aux troubles de santé mentale, ce qui se traduit par une main-d'œuvre plus stable.
- Une meilleure réputation en tant qu'employeur de choix, attirant de nouveaux talents.

**Vous avez tout à gagner.**



"Le bien-être des employés est un investissement, pas une dépense." - Andrew Schrage



## Rejoignez la Révolution du Bien-Être

---

Pour plus d'informations sur la façon dont Brindilles & Harmonie peut aider votre entreprise à prospérer grâce au bien-être de vos employés, contactez-nous dès aujourd'hui.

Nous sommes là pour vous aider à créer un environnement de travail plus sain, plus heureux et plus productif, où vos salariés peuvent s'épanouir et exceller. Votre succès commence par le bien-être de vos employés. Contactez-nous pour en savoir plus sur nos services de bien-être au travail et obtenir un devis personnalisé.

Coordonnées de Contact :

Christelle PARENTI

Téléphone : 06 63 55 84 40

E-mail : [brindilles.et.harmonie@gmail.com](mailto:brindilles.et.harmonie@gmail.com)

Site Web : [www.brindillesetharmonie.fr](http://www.brindillesetharmonie.fr)

