

**LE BIEN-ÊTRE
ALTERNATIF AU
CŒUR DE VOTRE
ENTREPRISE !**



CONTACT

06.36.48.48.52

isabelle@alternativebox.fr

www.alternativebox.fr

Alternative
BOX

L' ENTREPRISE by Alternative BOX

Un concept global et novateur qui fait du bien-être des individus une question essentielle !

INÉDIT EN OCCITANIE !

Un réseau de plus de **100 experts** qui œuvrent pour **favoriser la performance** et le bonheur au travail grâce à un choix de solutions **bien-être alternatives inégalées**.

Nos praticiens, thérapeutes et coachs certifiés sont fédérés et mobilisés autour de **valeurs essentielles communes**.

Nous intervenons dans tous les milieux professionnels et nous nous adaptons à toutes les cultures d'entreprises, pour construire des **actions sur mesure**, en fonction de vos attentes spécifiques.



PRENDRE SOIN DE SOI : un acte responsable, une préoccupation au cœur des défis de demain !

Intervenons ensemble pour améliorer votre politique QVT !

VOUS SOUHAITEZ :

- **Doper** votre performance grâce à l'intelligence collective,
- **Améliorer** l'image de votre marque employeur,
- **Favoriser** l'entente sociale et la cohésion de vos équipes,
- **Privilégier** la motivation et l'engagement de vos collaborateurs...



POURQUOI NOUS FAIRE CONFIANCE ?

- Un **interlocuteur unique** pour vous accompagner à travers une **pluralité de solutions** bien-être étonnantes, pour co-élaborer une intervention personnalisée et modulable,
- Un maillage de plus de **100 experts**, qualifiés dans le domaine du **bien-être alternatif**,
- **Des conférences et des ateliers** pédagogiques de grande qualité pour **sensibiliser et informer** vos équipes,
- Une **flexibilité d'interventions** pour une efficacité **durable et mesurable** : ponctuelles ou récurrentes, dans vos locaux ou en extérieur, intégrées à vos séminaires ou teambuilding...

VOTRE DEMANDE

Nos solutions

Un éco-système de conférences et d'ateliers pratiques, éducatifs, stimulants et fortement mobilisateurs à expérimenter !

QUELQUES EXEMPLES DE COMBINAISONS

- **Conférence "Des stress & moi !"**
Comprendre le fonctionnement du stress, son impact sur le corps et l'esprit. Découvrir des solutions concrètes, simples pour mieux le vivre au quotidien, mieux l'anticiper.
- **Des stress & moi ! + ateliers**
Une approche globale du stress suivie d'expérimentations d'outils simples et efficaces à utiliser en toute autonomie.
- **Ateliers Découvertes alternatives**
Faire expérimenter à vos salariés des approches naturelles (formule journée, 1/2 journée, pause-déjeuner, en collectif ou individuel) : réflexologie, massages, access bars, the Journey, clé de naissance, relaxation, qi Gong, biodanza, auto-massages, yoga du son, calligraphie, feng shui, fabrication de cosmétiques, art thérapie, ...

NOTRE ATELIER SORTIE DE CRISES

Plus que jamais, **le bien-être au travail** est un facteur fondamental à la **performance** des entreprises !

Permettre à chacun d'appréhender les effets du stress et de la crise sanitaire. Apprendre à **libérer les tensions** et les émotions afin de **réinvestir** pleinement ses missions et ses responsabilités.