



# PAUSE ACTIVE EN ENTREPRISE

4 professionnelles du secteur du bien-être  
pour améliorer les performances  
de votre entreprise !

# ACCROÎTRE LA COHÉSION & L'AGILITÉ DES ÉQUIPES

Il est devenu fondamental de parvenir à créer du lien et un esprit d'équipe au sein de l'entreprise. Pour fidéliser ses collaborateurs et en attirer de nouveaux.

Mettre en place des aménagements et des prestations bien-être en entreprise est une manière efficace de redonner du sens au travail des collaborateurs.



**Jeanne Delassus**  
Praticienne Shiatsu Assis

Les bienfaits du shiatsu assis sont :

- Moins de stress, de tensions et moins de douleurs musculaires
- Moins d'absentéisme
- Plus de tonus et de vitalité

Tous ces bienfaits apportent donc de meilleurs performances au sein de l'entreprise.

06 41 73 01 24  
[jeannedelassus.44@gmail.com](mailto:jeannedelassus.44@gmail.com)



**Valérie Laille**  
Praticienne Bien-Être  
SPA Thérapeute

Pause active avec éveil des sensations par une pratique de techniques induisant calme, lenteur et présence à vous même.

La vitalité et l'harmonie en vous renforceront votre engagement et votre motivation dans votre travail et votre quotidien.

06 50 64 66 70  
[valetspa44@gmail.com](mailto:valetspa44@gmail.com)



# LA PAUSE EN ENTREPRISE POUR RÉCUPÉRER, PERFORMER, CRÉER.

Bien dans leur corps, dans leur esprit, dans un environnement sain et relaxant, leur productivité grandissante améliorera la performance globale de l'entreprise.



**Kathleen Colé**  
Coach Conseil en Image

Le Conseil en Image est un accompagnement dans la mise en valeur de votre image dans le respect et la bienveillance.

L'image a un impact tout aussi important que votre discours sur l'attractivité de votre entreprise et ses performances. Harmonisez votre image de marque et celle de vos collaborateurs.

06 64 76 45 90  
[contact@kathleencole-coachconseil.com](mailto:contact@kathleencole-coachconseil.com)



**Agnès Laurent d'Angély**  
Turbo siestes en Luminothérapie

Une courte sieste au travail abaisse efficacement le niveau de stress, booste la mémoire, la concentration, la créativité, les réflexes, et l'optimisme. Elle améliorerait même de 35% la productivité des collaborateurs ainsi que la sécurité au travail. 5 à 20 minutes de turbo siestes en luminothérapie sont faciles à mettre en oeuvre, les résultats prouvés scientifiquement.

07 85 04 39 80  
[agnes@luxolabaule.fr](mailto:agnes@luxolabaule.fr)



**RSE, FACILE À METTRE EN ŒUVRE,  
ADAPTATION SUR MESURE !**



Durée de la prestation par collaborateur :  
**De 5 à 60 minutes / activité**  
Adaptable au temps de pause



**Pour tous renseignements contactez-nous  
via le site ATIOA, offres aux entreprises !**



**www.atioa.fr**  
Rubrique Pôle Bien-Être



**LUXO® LA BAULE**  
Acupuncture sans aiguille & luminothérapie

