



QUI SUIS-JE?

Sophrologue certifiée par un titre inscrit au RNCP (Répertoire National des Compétences Professionnelles).

Diplômée de l'université de Paris V - René Descartes (DU aspects biologiques et psychosociaux du stress).

Bilingue anglais.

Grande connaissance du monde de l'entreprise: près de 20 ans au sein d'Air France (encadrement d'équipes, travail en horaires décalés, missions de sécurité).

CONTACTEZ-MOI !

Tél: 06 74 81 11 94

E-mail: celine.soul@cabinetangelia.fr

Site: www.cabinetangelia.fr

Cabinet Angélie
Céline Soul

13, Fontenelle
77120 Amillis



CABINET
Angélie
SOPHROLOGIE & FORMATION

Semaine de la Qualité de Vie au Travail et sophrologie:

pour des salariés en quête de sens au travail sur fond de crise sanitaire.



DU 20 AU 24 JUIN
2022, 19^{EME}
EDITION DE LA
SEMAINE DE LA
QUALITE DE VIE
AU TRAVAIL:

" EN QUETE DE SENS AU TRAVAIL "

- Exposés pendant la crise, les salariés sont en quête de sens, d'efficacité et de reconnaissance au travail.
- Recherche de nouveaux équilibres vie privée / vie professionnelle.
- Recherche d'autonomie et besoin de se sentir utile en entreprise.

Côté entreprises:

- Attirer et fidéliser les salariés des entreprises en tension dont le personnel s'est éloigné pendant la crise.
- Réduire le stress.
- Favoriser la performance.

LES BIENFAITS DE LA SOPHRO EN ENTREPRISE

Côté salariés:

- Favoriser le lâcher-prise.
- Améliorer la confiance en soi et l'estime de soi.
- Gérer et réduire le stress.
- Soulager les douleurs (TMS).
- Améliorer la concentration.
- Améliorer le sommeil (travail en horaires décalés, stress, ...).
- Favoriser l'autonomie, la prise de décision.

Côté entreprises:

- Prévention des RPS.
- Amélioration de l'image de l'entreprise.
- Amélioration du climat social
- Fidélisation du personnel.
- Amélioration de l'efficacité et de la productivité.

ESSAYEZ!

A l'occasion de la semaine de la qualité de vie au travail, c'est le moment de montrer à vos salariés que vous souhaitez prendre soin d'eux, et d'essayer une pause bien-être avec la sophrologie. Je vous propose un atelier complet, en français, en anglais, ou bilingue, avec des apports théoriques, des outils pratiques, et une séance enregistrée afin de poursuivre la pratique et capitaliser les acquis.