

Agir pour améliorer la Qualité de Vie et les Conditions de Travail

Diagnostic offert



Nous définissons avec vous les contours de votre projet directement au sein de votre organisation durant une période d'échanges et de brainstorming

*Possibilité d'une prise en charge d'une partie du programme KALIKA dans le cadre de la formation.



Questionnaire QVCT à distance



Donnez la parole à vos équipes, écoutez et comprenez de quoi elles ont besoin
Incitez vos collaborateurs à améliorer eux-mêmes leur bien-être et santé au travail. **Préparer l'atelier de feedback**

Rapport statistique anonymisé pour l'entreprise dans l'objectif d'analyse et de recherche d'amélioration.



Atelier feedback

Le feedback est un des piliers de la communication. Il permet en effet à la fois d'apporter de la reconnaissance envers son équipe (source de motivation), si besoin de les confronter en toute bienveillance (source d'amélioration), mais aussi de permettre un temps d'échange pour suivre l'évolution des projets en cours (source d'évolution).



Prévention des TMS

Sensibiliser, prévenir et former sur le terrain

Le matin avant de prendre son poste > Echauffement avec renforcement musculaire

Le soir > Etirement avec renforcement musculaire



Ateliers thématiques

RPS - Gestion du stress et des émotions
Le reconnaître et le maîtriser pour gagner en sérénité.

TMS – Hydratation
Conseils sur l'importance de l'hydratation

Santé auditive
Connaître les mécanismes de l'audition et apprendre à la préserver dans l'environnement professionnel et privé.

Addictions
Prévenir, sensibiliser, accompagner



Formation d'un ou des référents en interne

Maintenir et faire perdurer la dynamique dans l'entreprise grâce à des collaborateurs formés et motivés à accompagner les équipes

Devenir autonome

NOTRE MISSION

Accompagner les organisations dans leurs enjeux **RSE, bien-être, sécurité et santé au travail**
Accompagner l'individu dans la **réalisation de son plein potentiel**



Séance Sophro

S'offrir une **pause sophro**, pour respirer, calmer le flow des pensées, relâcher la pression, ralentir, développer sa vitalité, apprivoiser son stress



Yoga sur Chaise

Yoga doux sur chaise pour une **pratique à son rythme**, en fonction de ses capacités gagner progressivement en souplesse, en énergie et en vitalité.



Bilan Kiné Ostéopathe

Prise en charge individuelle et globale - **Evaluation Musculo-tendineuse prévention et Education thérapeutique**
Prévention des accidents du travail et maladies professionnelles

Diagnostic offert



Contact:

 06 14 71 27 44

 ZI 1 rue Jean Charcot
26100 Romans sur Isère

 vvv-consulting.com


veronique@vvv-consulting.com

KALIKA

Un petit pas pour commencer.

VVV Consulting est adepte de la méthode Kaizen, la méthode des petits pas ou processus d'amélioration continue, car nous pensons que de grands changements peuvent provoquer des blocages et renforcer la résistance, alors que de petits changements, introduits progressivement, se révèlent bien plus efficaces.