



La Petite Nénette

www.lapetitenenette.com

Présentation de services



Booster la **CRÉATIVITÉ** de vos équipes ?

Aider vos collaborateurs à **SE CONCENTRER**
sur l'essentiel ?

Face à un **CHANGEMENT** organisationnel ?

Redonner du **SENS** au travail ?

Plus de 40% des **IDÉES**
CRÉATIVES viennent lors
de moments de "pause"

*Etude des Universités de York et de
Floride*



L'HUMAIN

Votre capital clé pour votre entreprise:

Comment **FIDÉLISER** vos ressources ?

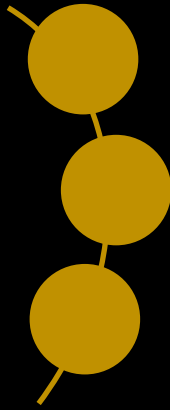
Comment créer un sentiment de **BIEN-ÊTRE** dans
l'environnement de travail ?



La Petite Nénette
www.lapetitenenette.com

Concept « Santé & Bien-être »

Les services proposés



Accompagner les entreprises

(création et support de programme « Santé et Bien-être »)

Séminaires & coaching

Gestion des énergies et de la résilience

Prise de conscience de soi: Team building

Sur la gestion et le développement des sens



BUSINESS PACK

Audrey vous propose des services sur mesure de séminaires, formations, coaching et activités de groupes (team building) autour du bien-être (gestion du stress, de son énergie et de sa résilience) mais aussi de l'oenologie et la découverte des sens !

“ Avec la **nouvelle organisation** du travail, les **burn-outs** déclarés représentent de **20 à 50% de la rotation** du personnel, sans compter les burn-outs sous-jacents. ”

(selon 46% des leaders en Ressources Humaines, 2017, enquête Kronos & Future Workplace)

"Ce n'est pas le temps consacré à votre travail ou à votre famille qui a réellement de la valeur, mais l'énergie que vous dépensez pendant le temps dont vous disposez."

Le Human Performance Institute

Détail des services

Accompagner les entreprises :

Aider à développer un programme « Santé et bien-être » en créant un support de formation et un programme complet « à la carte » pour leurs employés. La standardisation de programmes obligatoires a démontré une baisse réelle dans la motivation et l'engagement des employés (cf. L'intelligence émotionnelle de Daniel Goleman). Les entreprises doivent proposer des programmes « à la carte » dans leur système de formation selon la sensibilité, les besoins et les attentes, à l'instant T de l'employé. Chacun vit un moment différent dans la courbe de la pression et de la performance au travail en combinaison avec la vie privée.

Formation « train the trainer » :

Former un point de contact dans l'entreprise pour assurer le déploiement et la continuité du programme via ce relais qui continuera le déploiement et le suivi du programme au sein de l'organisation.

Des séminaires pour entreprises :

Des ateliers de travail sur les concepts de l'énergie et de la résilience

Une introduction à la courbe de pression et de performance

Des exercices pratiques en équipe autour de la gestion de l'énergie selon ses 4 dimensions (physique, émotionnelle, mentale et spirituelle), inspirée de l'analyse transactionnelle et de l'intelligence émotionnelle

Des exercices et pratiques autour de la résilience d'équipe

Apprendre la prise de conscience de soi

Des séances d'exercices de pleine conscience

Des « team building » autour de la découverte des 5 sens pour une meilleure prise de conscience de soi-même :

Analyse sensorielle (sans alcool) : animations olfactives et éducation sur la mémoire des sens (dégustation de mets et jeux à l'aveugle sur les arômes) pour un partage et un échange en groupe (dimension émotionnelle) et une reconnexion avec les éléments de la nature.

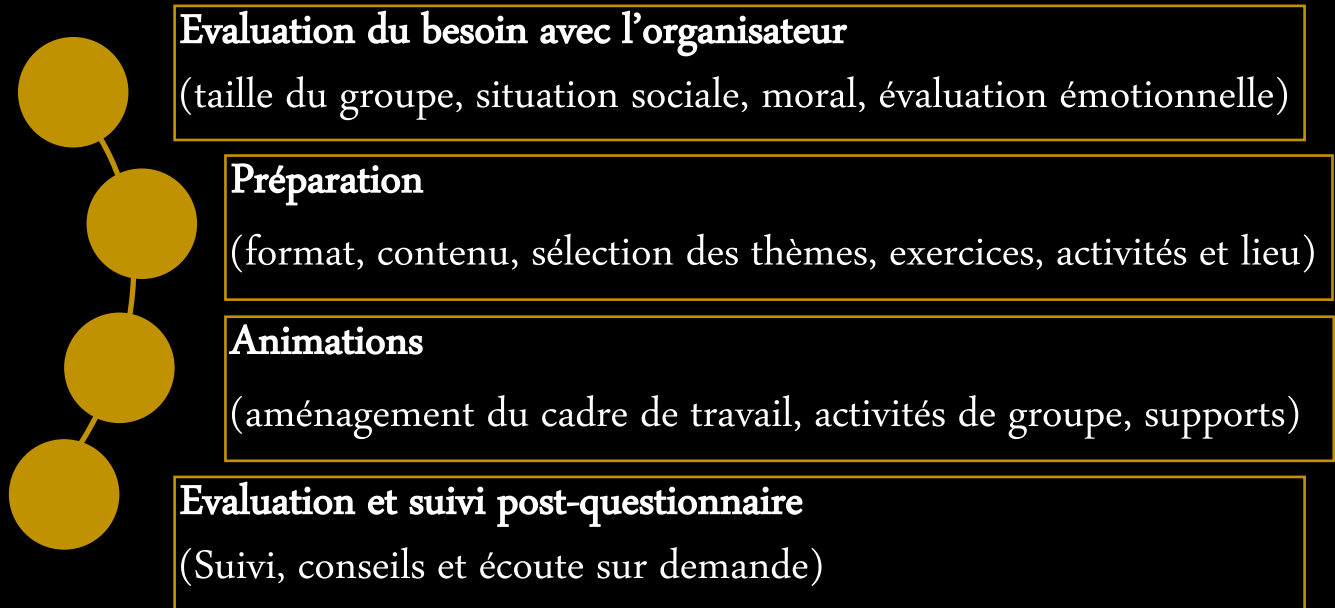
Analyse sensorielle autour du vin : initiation à la découverte des sens au travers d'exercices œnologiques (travail sur l'émotion, les sens et la création de liens avec les autres membres du groupe) – surnommée « sophro-dégustation ». Le tout est accompagné d'un partage culturel sur l'histoire des vins, des terroirs et méthode de vinification pour stimuler la dimension mentale (concentration, curiosité de l'apprentissage).

Un coaching individuel et personnalisé avec des exercices sur les 4 dimensions :

Physique, Emotionnel, Mental et Spirituel

Le fonctionnement

Les séminaires, formations, séances d'animations et activités sont « à la carte » : personnalisables et adaptables selon les besoins de tous.



VOTRE FORMATRICE

Audrey Delbarre, créatrice de La Petite Nénette est une personnalité multiple avec des compétences variées acquises au fil de ses expériences : auteure, ancienne chargée de communication dans l'industrie pharmaceutique mais aussi responsable des achats d'investissements à dimension internationale (Stratégie, gestion de projets, influence et négociation), ambassadrice et formatrice au sein du programme Santé et Bien-être (plus de 450 collaborateurs formés), certifiée de l'Académie du vin au Cap, volontariat dans un domaine viticole en Afrique du Sud et 6 mois de mission humanitaire en Afrique !

Les bénéfices

DE L'ÉNERGIE

DE L'ENGAGEMENT

DU SENS

ADAPTABILITÉ

“ Le monde des entreprises évolue et doit pouvoir s'adapter aux nouvelles générations à venir en offrant l'opportunité à ses employés de vivre une expérience unique pour les fidéliser d'un côté en leur donnant du sens dans leur travail, et contribuer à la réputation de l'entreprise de l'autre. „

Rendez-vous sur:

www.lapetitenenette.com

Votre contact: Audrey

+33 (0) 6 81 92 01 55

audrey@lapetitenenette.com