

Réflexologue - Partenaire des entreprises et organisations soucieuses du bien-être des collaborateurs et des dirigeants

Prévention & Accompagnement des RPS et TMS



Delphine
ROLLET
Réflexologue certifiée

32%

Des salariés actuellement en risque de burn-out*

58%

Des salariés motivés à rester dans leur entreprise quand l'ambiance de travail y est bienveillante**

52%

Des RRH estiment que le stress ou les burn-out ont connu une augmentation dans leur entreprise depuis 1 an ***

Chiffres Clés

Conséquences des Risques Psychosociaux

Augmentation de l'absentéisme et du turnover

Dégradation du climat
social et mauvaise
ambiance au travail

Démotivation et
baisse de créativité

Dégradation de
l'image de la marque
employeur

Augmentation des accidents du travail



Dégradation de la productivité

Que ce soit dans une démarche de recherche de solutions pour valoriser le capital humain ou dans le cadre d'une politique QVCT, les clients font appel à moi pour :



Apaiser le stress et l'anxiété



Améliorer la qualité du sommeil



Soulager les douleurs physiques et psychologiques



Booster la vitalité et le tonus des équipes

Ma mission

J'accompagne les entreprises soucieuses d'améliorer les conditions de travail de leurs collaborateurs. Je propose des **prises en charge individuelles des salariés** ou des **ateliers d'auto-massage**, pour calmer l'anxiété, soulager le stress, les douleurs chroniques et les problématiques de sommeil.

J'utilise la Réflexologie plantaire comme outil de prévention des RPS.

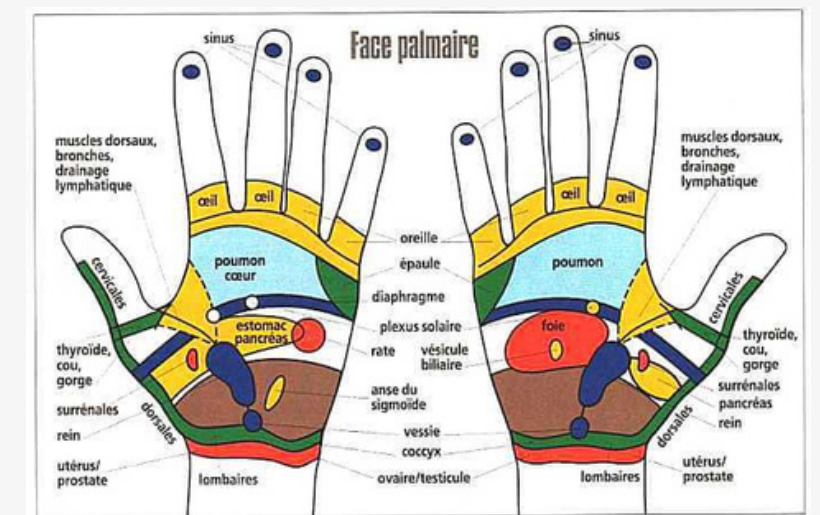
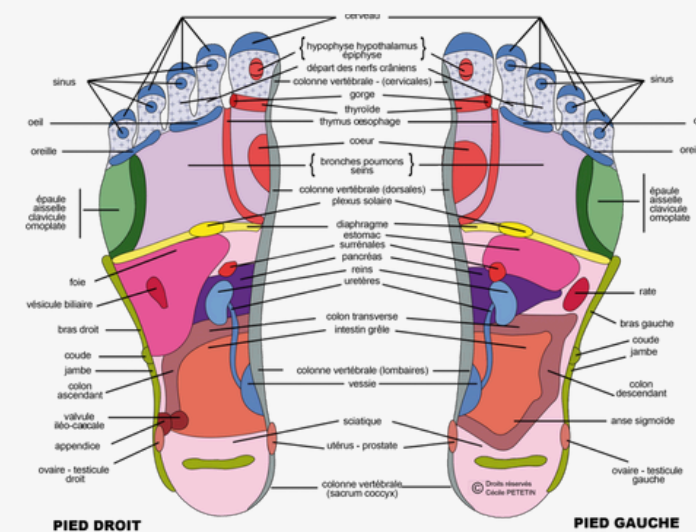
Ethique

Confidentialité

Intégrité

Qu'est-ce que la Réflexologie ?

- Pratiquée principalement sur les pieds ou sur les mains, c'est une technique manuelle douce qui permet de retrouver (ou de maintenir) l'Équilibre général d'un individu > retour de l'Énergie
- La réflexologie utilise le maillage du système nerveux pour agir sur des « Zones réflexes », cartographiées sur les pieds. Cette cartographie correspond à une miniaturisation de l'organisme.



Mise en place du partenariat

Méthodologie



Evaluation de vos
besoins



Elaboration d'une
prestation
personnalisée



Prise en charge
de vos salariés sur
votre site



Retours
d'expérience

Déroulé des séances individuelles

- Durée d'une « séance entreprise » : 30 à 45 min.
- Etablissement d'un bilan réflexologique en début de séance et mise en lumière des besoins spécifiques.
- Les personnes se présentent en tenue de travail : seuls les pieds sont manipulés.
- L'entreprise met à disposition un espace calme et fermé : 4 à 5m² suffisent.
- Je me déplace avec mon matériel : fauteuil relaxe et produits dédiés.
- Intervention en 1/2 journée ou à la journée selon vos préférences.



Déroulé des ateliers d'auto-massage

- **Durée d'un atelier de groupe : 1h30**
 - 30min de théorie
 - 60min d'apprentissage des gestes d'auto-massage sur les pieds ou sur les mains.
- **Nombre de participants : entre 8 et 15.**
- **Les personnes se présentent en tenue de travail : seuls les pieds ou les mains sont manipulés.**
- **L'entreprise met à disposition une salle calme et fermée, disposant d'un écran (ou mur blanc), d'un vidéoprojecteur, de tables et de chaises.**
- **Objectifs de l'atelier :**
 - **S'approprier une technique simple pour soulager les maux du quotidien**
 - **Créer de l'émulation et de la bonne humeur dans le groupe**



Qui suis-je ?

Delphine ROLLET
Réflexologue



- Certifiée par l'Ecole des Techniques en Réflexologie (E.T.R.E.!) depuis 2017
- Agréée par la Fédération Française des Réflexologues
- J'exerce à Caluire-et-Cuire au sein d'un cabinet paramédical, entourée de kinésithérapeutes et d'infirmiers libéraux
- Formations post certification : réflexologie vertébrale et viscérale, réflexologie émotionnelle, réflexologie sportive, réflexologie saisonnière, réflexologie pédiatrique, réflexologie plantaire & énergétique chinoise

Ils me font confiance

Depuis 2018

" Les séances de réflexologie ont été une vraie découverte et ont été très appréciées par nos salariés de la production. Sentiment d'apaisement, regain d'énergie et diminution des douleurs ont été les principaux retours de nos collaborateurs. Je recommande !"

Anaïs, chargée de marketing & communication Montabert

"Une grande professionnelle de la réflexologie. Un bonheur pour tous les salariés quand elle vient dans l'entreprise pour des séances de réflexo. Tout le monde attend sa prochaine venue avec impatience. Bien-être et détente sont au rdv. Quoi de mieux pour la QVT ? Je vous la recommande chaudement !"

Patricia, dirigeante Handishare

" Des séances de réflexologie très appréciées par nos collaborateurs, particulièrement à l'issue de cette période intense de travail. Nous renouvelerons l'expérience sans hésiter !"

Laurent, associé La Médicale

Réflexologue plantaire certifiée
Interventions en entreprises
Lyon - Caluire et zones limitrophes

Tél. 06.16.05.35.27

delphinerollet.reflexo@gmail.com

www.reflexologie-caluire.fr



Delphine
ROLLET
Réflexologue certifiée