



Zenconseil

<http://www.zenconseil.fr>

Réunions bilatérales

- Jeudi 17 Septembre 2015 (14h00-18h00)

Description

Actions pour le bien-être des particuliers et des entreprises Sensibilisation aux pratiques de bien-être, à la gestion du stress, à la remise en forme. Développement de programmes bien-être pour les particuliers et les groupes. Pratiques adaptées aux pratiquants et dans leur environnement de vie.

Type d'organisation

Entreprise

Pays

France

Ville

Caen, 12 rue des 2 siciles [Google map](#)

Domaines d'activités

E-santé

Services à la personne

Offre

Sensibilisation à la santé corporelle

Les bénéfices de la pratique d'une activité physique n'ont pas de limite d'âge. Néanmoins, il est nécessaire d'adapter toute pratique d'entretien corporel au public. Concernant les séniors, quels bénéfices peut-on attendre ? Quelle activité peut-on proposer ? Comment sensibiliser et accompagner à la reprise d'une activité en douceur ?

Parlons-en ...

Mots-clés: bien-être activité physique santé

Offre

Sensibilisation à la santé mentale

Comment accompagner les séniors dans le maintien d'une santé mentale de qualité ? Au-delà des techniques d'entretien des facultés cérébrales, je vous propose d'aborder l'aspect conscience positive via des exercices simples et accessibles de sophrologie et d'initiation à la méditation. Un moyen simple et rassurant pour préserver un espace intérieur de sérénité. Comment sensibiliser et accompagner ? parlons-en...

Mots-clés: santé mentale bien-être

Offre

e-coaching santé corporelle

Les bénéfices de la pratique d'une activité physique n'ont pas de limite d'âge. Néanmoins, il est nécessaire d'adapter toute pratique d'entretien corporel au public. Concernant les séniors, quels bénéfices peut-on attendre ? Quelle activité peut-on proposer en accès à distance ? Quel format choisir ? Comment sensibiliser et accompagner à la reprise d'une activité en douceur ?

Parlons-en ...

Mots-clés: e-learning bien-être entretien corporel santé

Offre

e-coaching santé mentale

Accompagner les séniors dans la découverte et le maintien d'une santé mentale positive avec l'approche de la sophrologie et de la méditation. Comment sensibiliser ? Que peut-on proposer à distance ? Comment adapter au séniors ? sur quels rythmes ? parlons-en ...

Mots-clés: bien-être santé mentale sophrologie méditation