

kalivi



# ATELIERS QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL



*Découvrez nos offres spéciales*

# Quelques chiffres avec kalivi

92%

## Satisfaction

Kalivi a été créée avec le souhait de proposer des formations personnalisées et adaptées aux enjeux des organisations et entreprises.

+ 150

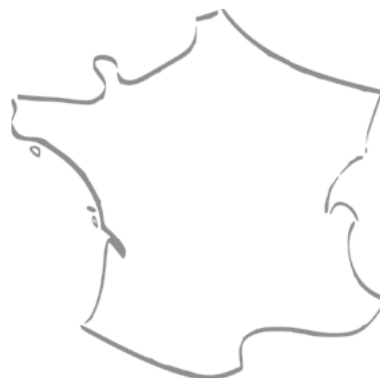
## Clients

Nos clients sont dans plusieurs secteurs d'activité : santé, services, industrie, collectivités, enseignement, médico-social...

50

## Experts

Tous nos experts ont au moins 10 ans d'expérience en entreprise, ce qui favorise la formation et l'échange avec les salariés.



## France entière

Nos experts sont basés en région pour plus de proximité avec nos clients.

2000

## Personnes formées

Nous formons des managers, des membres du COMEX, des CSE et des salariés.

# Améliorez la Qualité de Vie au Travail

Saviez-vous que près de 65%  
des salariés se disent  
satisfaits de leur travail ?

Mais il reste des défis à relever :

- le stress dû à l'intensité du travail
- les conflits entre les collaborateurs
- l'engagement en baisse

Comment dès lors améliorer  
la qualité de vie au travail  
de ses salariés ?

Certaines entreprises optent pour des audits et diagnostiquer leurs besoins, d'autres savent déjà sur quels axes se concentrer :

- Prévenir les risques psychosociaux
- Réduire l'absentéisme au travail
- Former les managers de proximité

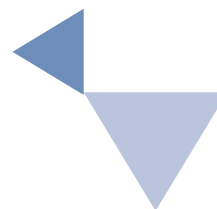
Chez Kalivi, nous croyons en un **accompagnement sur-mesure**.

Nos audits, formations, conférences et ateliers sont créés à la demande : depuis notre création, nous vous proposons des solutions personnalisées pour une vraie amélioration de la qualité de vie au travail (QVT). Nos formations s'adaptent à vos besoins : en présentiel, à distance, ou en e-learning : d'une demi-journée pour des interventions courtes à des formations plus longues.

Notre promesse :

« Être à l'écoute de nos clients pour trouver les bonnes solutions et diffuser au plus grand nombre la qualité de vie au travail. »

**Timothée BABLED**  
Fondateur



# Nos ateliers en qualité de vie au travail

Répartis en trois thématiques, nos 30 ateliers et conférences se déroulent entre 1h à 1h30. **Ils sont dynamiques**, et sont l'occasion pour les salariés d'améliorer leur qualité de vie lors d'un séminaire, ou lors de la semaine de la qualité de vie au travail en juin.

## ATELIERS QVT

Mieux gérer son temps et ses priorités	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Gérer son stress et ses émotions	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Appréhender et résoudre un conflit	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Poser ses limites lors des RPS	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Se motiver et donner du sens au travail	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Équilibrer sa vie professionnelle et personnelle	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Communiquer de manière bienveillante	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Réduire les TMS par des conseils ergonomiques	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Mieux vivre le changement	1h - 1h30	présentiel / distanciel

## ATELIERS BIEN-ÊTRE

Vitalité et nutrition - naturopathie	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Gestion du stress par la sophrologie	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Avoir un sommeil réparateur	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Se relaxer en pratiquant la pleine conscience	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Réveil musculaire	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Séance d'automassage	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Massage Amma Assis	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Techniques de ressourcements par le yoga	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Apprendre l'autohypnose	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Séance de pilates	1h - 1h30	présentiel / distanciel

## AUTRES ATELIERS

Premiers secours en santé mentale	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Changer de regard sur le handicap	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Prévenir les addictions	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Sensibilisation à l'empreinte carbone - ecologie	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Yoga du rire	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Yoga des yeux	1h - 1h30	présentiel / distanciel
S'initier à la boxe	1h - 1h30	présentiel
Découvrir la danse	1h - 1h30	présentiel
Cours de self defense	1h - 1h30	présentiel
Conférence sur les salariés aidants	1h - 1h30	présentiel / distanciel
Cours de dessin / poterie	1h - 1h30	présentiel
Art culinaire	1h - 1h30	présentiel
Fauteuil de massage professionnel relaxant	à la demande	présentiel / distanciel

**OFFRE  
DÉCOUVERTE**  
**5 ATELIERS  
AU PRIX DE 4**

# ATELIERS QVT

GESTION DU TEMPS ET DES PRIORITÉS

ÉQUILIBRE VIE-PRO / VIE PERSO

VITALITÉ ET NUTRITION

GESTION DU SOMMEIL

SOPHROLOGIE

À PARTIR DE

**580€**/HT par atelier\*

\*Atelier de 1h à 1h30  
• Groupe de 10 à 20 personnes

*Hors frais de déplacement*

PRENEZ RENDEZ-VOUS  
AVEC NOS EXPERTS :

[www.kalivi.fr](http://www.kalivi.fr)

[contact@kalivi.fr](mailto:contact@kalivi.fr)  
01 70 29 08 49

