

# Initiatives & activités mieux-être

THE  
PROFIT  
Club

**Afin de vous inspirer, voici quelques initiatives que nous pouvons vous aider à mettre en place**

- Défi corporatif 30 jours Santé et Mieux-Être
- Journée Santé et Mieux-être au travail
- Calendrier/programme de différentes activités pour les employés : Classes d'activité physique et de détente, dîners-conférences, pauses-cafés, ateliers interactifs, etc.
- Atelier de dégustation de vins : expérience de dégustation conviviale, chaleureuse et sans prétention (Idéal pour le Team Building)
- Diagnostic et plan d'action en santé mentale; Évaluation des facteurs de risque
- Campagne en santé mentale; Ateliers de promotion/sensibilisation en santé mentale
- Distribution de fruits au bureau
- Paniers cadeaux pour les employés (au bureau ou à la maison)
- Création/révision de menus; Revue des produits disponibles dans les machines distributrices
- Ateliers culinaires
- Ateliers interactifs pour mieux comprendre les styles et préférences en communication des membres de son équipe avec les outils DYNAMIX (Idéal pour le Team Building)
- Cours d'introduction à la méditation pleine conscience
- Découvrir le yoga du rire!
- Consultations individuelles avec un(e) psychologue, un(e) ergothérapeute, un(e) nutritionniste

**Nous nous occupons de tout! Stratégie, élaboration, organisation, plan d'action, gestion et coordination des activités, etc.**

*Et bien plus! Contactez-nous pour une rencontre exploratoire!*



450.275.4829 / 1.833.883.2244



info@theprofitclub.ca