



** **

Pessac (33600)

*****@*****. **

SOPHROLOGUE EN ENTREPRISES ET COLLECTIVITES, Confirmé

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

janv. 2018 /

SOPHROLOGUE

SOPHROLOGUE CAYCEDIENNE

conception et animation de séances de groupe au sein d'une mairie, afin de diminuer le stress, la fatigue, l'agressivité (2019 à 2020)

séances pour des seniors au sein d'une association afin de renforcer la mémoire, la concentration, le sommeil (2018 à 2022)

janv. 2014 / déc. 2021

CHSCT

CCI Nouvelle Aquitaine

dans le contexte de la mutation des CCI, mise en place d'actions de détection des RPS(Risques Psycho Sociaux) et d'actions QVT(Qualité de vie au travail)

janv. 2000 / déc. 2021

Conseiller en développement économique

CCI BORDEAUX GIRONDE

DIPLOMES ET FORMATIONS

/ juin 2019

SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE; spécialisations : "gestion du stress" , "sommeil" - BAC+4

Académie SOFROCAY

/

MBA (Master of Business Administration) - BAC+4

COMPETENCES

Prévenir les effets négatifs du stress et les Risques Psycho-Sociaux

Favoriser la Qualité de Vie au Travail

Renforcer la cohésion d'équipe

Révéler les potentiels de collaborateurs