

# LE SAVIEZ-VOUS ?

6 à 9%

D'augmentation de la productivité par employé

14%

D'amélioration du résultat net d'une entreprise qui promouvoit le bien-être

30 à 40%

D'absentéisme en moins

## BIEN-ÊTRE DES COLLABORATEURS

### MEILLEURE PRODUCTIVITÉ

C'est bien connu, le bien-être de vos salariés augmente leur capacité de travail. Moins stressés, on est forcément plus à même de faire preuve d'efficacité et créativité !

### COHÉSION SOCIALE INTERNE RENFORCÉE

C'est bien connu, le bien-être de vos salariés augmente leur capacité de travail. Moins stressés, on est forcément plus à même de faire preuve d'efficacité et créativité !

### MEILLEURE PRODUCTIVITÉ

C'est bien connu, le bien-être de vos salariés augmente leur capacité de travail. Moins stressés, on est forcément plus à même de faire preuve d'efficacité et créativité !

### COHÉSION SOCIALE INTERNE RENFORCÉE

C'est bien connu, le bien-être de vos salariés augmente leur capacité de travail. Moins stressés, on est forcément plus à même de faire preuve d'efficacité et créativité !

AMÉLIORATION DE VOTRE RENTABILITÉ

AMÉLIORATION DU CLIMAT SOCIAL

**UNE PERFORMANCE ENCORE PLUS ACCENTUÉE DE L'ENTREPRISE !**

PLAQUETTE COMMERCIALE

# UP TO WORKOUT

SANTÉ & BIEN-ÊTRE AU QUOTIDIEN

« LE BIEN ÊTRE INDIVIDUEL AU SERVICE DE LA PERFORMANCE COLLECTIVE »



## POURQUOI FAIRE APPEL À NOUS ?

UP TO WORKOUT ce sont des solutions santé et bien-être sur mesure pour votre entreprise, tous secteurs d'activité confondus (EN PRÉSENTIEL ET DISTANCIEL).

Une démarche préventive face aux troubles musculo-squelettiques (TMS), risques psychosociaux (RPS), accidents du travail et arrêts (AT) et maladies professionnelles (MP)

## ET QU'AVONS NOUS EN PLUS ?

### UNE APPROCHE HOLISTIQUE



de la santé et du mieux-être au travail, sur la base d'un suivi, écoute, conseils personnalisés (nos thématiques d'expertise ; la santé physique et mentale, la nutrition, le sommeil, l'environnement de travail, le lien social)

UP TO WORKOUT est un organisme de formation qui comprend des enveloppes package sous forme de coaching.

ET...

Référencé DATADOCK & affilié à la DREETS (Directe Auvergne Rhône-Alpes)

## ILS NOUS FONT CONFIANCE

**ishua**<sup>®</sup>  
Vivez la mer

la main  
dans  
le bol

**Fricots**  
LA VITRINE DES PRODUITS LOCAUX

UP & DESK



## NOS PRESTATIONS

### OFFRE SANTÉ

ATELIERS / FORMATIONS

PRÉVENTION GESTES ET  
POSTURES  
MICRONUTRITION  
SOMMEIL  
AMÉNAGEMENT ERGONOMIQUE  
DES POSTES DE TRAVAIL

### OFFRE BIEN-ÊTRE

ATELIERS / FORMATIONS

KINÉSITHÉRAPIE  
OSTÉOPATHIE  
SOPHROLOGIE  
YOGA / PILATES  
RELAXATION IMMERSIVE  
MASSAGES AMMA

### OFFRE QVT

ATELIERS / FORMATIONS

SÉMINAIRES ET ÉVÈNEMENTS DE  
TEAM BUILDING  
SEMAINE DE QUALITÉ DE VIE AU  
TRAVAIL (Q.V.T)  
JOURNÉES DE SENSIBILISATION  
À LA Q.V.T

PLAQUETTE COMMERCIALE

# UP TO WORKOUT

SANTÉ & BIEN-ÊTRE AU QUOTIDIEN

« LE BIEN ÊTRE INDIVIDUEL AU  
SERVICE DE LA PERFORMANCE  
COLLECTIVE »

