

CONFÉRENCE

Travaille ta Santé!

Tenir compte de la santé et du mieux-être de vos employés est aujourd'hui plus qu'une mode, c'est un incontournable! En effet, adopter de saines habitudes de vie et faire du sport, joue non seulement un rôle sur la santé morale et physique, mais aussi sur le mieux-être collectif et la performance de votre organisation.

Cette conférence teintée d'humour aborde avec impact les **bienfaits de l'activité physique** sur la productivité au travail, l'absentéisme et le présentéisme, votre climat organisationnel, l'attraction et la rétention de main-d'œuvre.

Elle vous permettra de **mieux comprendre les saines habitudes de vie et leurs répercussions**, et obtenir **trucs et astuces** pour facilement intégrer le sport dans votre quotidien.

Que vous soyez débutant ou athlète chevronné, vous quitterez cette conférence avec l'envie de bouger.



VIRGINIE DRONSART
Présidente et conférencière

Titulaire d'une maîtrise en formation pour adultes, Mme Dronsart a dès le début de sa carrière intégré des équipes de gestion où elle a développé ses expériences et ses compétences notamment dans les sujets qui touchent la motivation, le profil des individus et des équipes de travail, la gestion des ressources humaines, la planification et la gestion des talents ainsi que l'adaptation aux changements qu'un milieu de travail peut connaître.

Gestionnaire de PME depuis plus de 8 ans et intervenante depuis près de 16 ans auprès d'entreprises, Mme Dronsart met à profit ses connaissances et son expertise auprès des différentes équipes de travail par le biais de ses conférences et ce, avec une approche teintée d'humour et de dynamisme.



MATHIEU LESSARD
Kinésologue

Mathieu Lessard est diplômé en kinésiologie de l'Université de Trois-Rivières avec mineure en intervention psychosociale. Il est également certifié évaluateur de la condition physique et des habitudes de vie. Entraîneur personnel, instructeur de cours de groupe et de coordonnateur de centres d'activité physique, il met à profit ses nombreuses années d'expérience dans le monde de la mise en forme et sa passion à l'œuvre pour à la fois vous informer et vous inspirer.

Productivité
HABITUDES DE VIE sport
SANTÉ Mieux-être

kalei.ca



Kaléi | VOIR
AUTREMENT
L'HUMAIN



DURÉE : 1 H 15 À 1 H 30



CLIENTÈLE : ENTREPRISE,
CONGRÈS, COLLOQUES,
ÉVÈNEMENTS, ETC.



RÉSERVEZ VOTRE DATE :
418 951-4700