



*Une odyssée  
de bien-être et de créativité pour vos équipes*



La recette du bonheur peut se trouver dans le retour au naturel, aux fondamentaux, à soi. Ecouter son corps, ouvrir son esprit, sourire aux défauts, regarder le verre à moitié plein plutôt qu'à moitié vide, partir à la découverte du sens, de ses sens, l'essentiel de la vie. Parfois se projeter dans ses rêves et rendre possible l'impossible.

Rima Chemirik et Natacha Ruiz ont imaginé un programme, concocté un cocktail inspirant de bonne humeur et de vie. En réunissant des personnalités attachantes aux parcours de vie détonants, elles permettent à tout un chacun de voir la vie autrement. Plein d'inspiration, le cocktail peut être pris seul ou à plusieurs.

Imaginée pour les entreprises qui veulent des idées nouvelles pour animer leurs équipes, renforcer la cohésion interne et remotiver leur personnel, Visa pour le Bonheur leur apporte des solutions innovantes et inspirantes. Prendre du recul pour mieux décider, manager autrement, avec bienveillance, anticiper les situations de conflit, des ateliers sur-mesure animés par des consultants expérimentés sauront enrichir le propos des cadres de direction.

Embarquez vos équipes pour un voyage alliant bien-être et sens grâce à nos différentes options : ateliers de développement personnel et de team-building créatifs, des événements qui combinent lifestyle et éco-responsabilité, ainsi que des cadeaux originaux et inspirants pour vos collaborateurs.

Une entreprise qui favorise un environnement de travail agréable et le bien-être de ses équipes, active un levier de performance important !

Ensemble, inventons des moments conviviaux et créatifs pour renforcer la cohésion et accroître la motivation dans votre entreprise !

Destination, le succès pour tous !

# *Les Chefs de Bord - Les Fondatrices*

**Rima Chemirik**

Consultante & Fondatrice de Rimarik

Après une carrière en ONG internationales, elle lance Rimarik, sa ligne de vêtements éco-responsable (t-shirts en coton bio à messages engagés, pièces uniques upcyclées à Paris...)

Passionnée de développement personnel, elle conçoit et anime des ateliers pour booster les capacités entrepreneuriales des étudiants à l'Université Paris 8 et dans le cadre de Visa pour le Bonheur.

**Natacha Ruiz**

Consultante & Fondatrice de Poesia

Serial entrepreneure, spécialisée notamment dans la mode éco-responsable depuis 2012, elle contribue à son échelle à améliorer le monde en créant des concepts innovants par le biais de sa société Poesia.

Elle accompagne des porteurs de projets et des artistes dans le développement de leurs visions et organise des événements concepts originaux via Poesia Consulting et Poesia Factory.

“Visa pour le Bonheur est né de notre quête du Bonheur et de notre volonté à donner plus de sens à notre vie. Sur ce chemin, nous avons découvert et expérimenté des clés pour s'épanouir pleinement, exprimer ses dons et talents pour oser être soi. Aujourd'hui, nous souhaitons le partager avec le plus grand nombre en collaborant avec des experts du secteur. En cultivant son équilibre intérieur, chacun contribue au renouveau de notre société. Nous estimons qu'une entreprise a véritablement un rôle sociétal à jouer et nous souhaitons vous y aider. “

# Quelques chiffres clés du bien-être au travail

## LES SALARIÉS HEUREUX AU TRAVAIL SONT

- ★ **31 %** PLUS PRODUCTIFS
- ★ **2 FOIS MOINS MALADES**
- ★ **6 FOIS MOINS ABSENTS**
- ★ **9 FOIS PLUS LOYAUX**
- ★ **55 %** PLUS CRÉATIFS



## LES LEVIERS POUR AMÉLIORER LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

### LE MANAGEMENT

**58%**

des salariés pensent que le management contribue à une culture d'entreprise positive

### L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

**60%**

des salariés affirment que leur environnement de travail influence leur plaisir à venir travailler

### L'INSTAURATION D'UNE DÉMARCHE QVT

**89%**

des collaborateurs sont plus motivés au travail quand l'employeur prend en considération le bien-être physique et mental au bureau

## LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL À UN IMPACT SUR

### LA MOTIVATION

**37%** des salariés très positifs sur leur bien-être au travail affichent une motivation en augmentation

### LA FIDÉLISATION

les entreprises qui prennent en compte le bien-être des collaborateurs connaissent **50%** moins de départs volontaires que les autres

*Embarquement  
immédiat  
pour un  
nouveau départ*

# Régénérez vos équipes

## Les Ateliers Feel Good

Visa pour le bonheur vous propose des ateliers de développement personnel et des animations originales pour inspirer vos collaborateurs.

Nous favorisons aussi bien l'expression individuelle que la créativité collective.

Offrez à vos collaborateurs des espaces d'expression et d'échange pour booster leur créativité, pour les motiver à s'investir pleinement dans leur travail. Améliorez les rapports entre les membres de vos équipes, pour favoriser des relations constructives et paisibles.

Nous proposons également des ateliers spécifiques pour les managers dans un cadre alliant confidentialité et bienveillance.

***Différents formats sont possibles : 2h, demi-journée, journée entière, séminaire de plusieurs jours... Tarifs sur demande***



# Le Personnel de Bord - Les Intervenants



Arnaud Collery  
Conférencier, coach,  
auteur



Alexandra Mory-Bejar  
Artiste, conférencière,  
coach, auteure



Boris Delorme  
Poète



Louise Martin  
Art thérapeute, artiste



Yvane Clair  
Metteur en scène et auteur



Laurent Bidari  
Coach sportif Olympique



Gwennoline Renault  
Consultante detox,  
journaliste bien-être



Jérôme Lhôte  
Fondateur de Koom,  
animateur de La Fresque du  
Climat



Timothé Toury  
Concepteur lumière,  
designer

# *Escale : Bien-être personnel*



## *Etre bien avec soi-même pour évoluer en harmonie avec le groupe*

Nous vous proposons des ateliers collectifs axés sur le développement du bien-être individuel de chaque membre de l'entreprise.

- ★ **“Révélez et cultivez vos talents”**  
★ **“Go for it : des objectifs inspirants pour un nouveau départ”**  
★ **“PS : I love Me - comment cultiver l'amour de soi ?”**  
*3 ateliers proposés par Rima Chemirik, jusqu'à 10 personnes, durée 3h*
  
- ★ **“Le kit de survie quand ça va mal”**  
★ **“Mes précieuses habitudes”**  
*2 ateliers proposés par Rima Chemirik, jusqu'à 15 personnes, durée 1h30*
  
- ★ **“Des prises de parole publiques inspirantes et impactantes grâce au storytelling”**  
*Atelier proposé par Arnaud Collery, jusqu'à 20 personnes, durée 3 heures*
  
- ★ **“S'exprimer avec aisance grâce aux techniques théâtrales”**  
*Atelier proposé par Yvane Clair, jusqu'à 8 personnes, durée 2 heures*
  
- ★ **“Le bonheur d'être soi, le grand défi : Déconstruire qui l'on croit être pour découvrir qui l'on est”**  
*Conférence proposée par Alexandra Mory-Bejar, durée 1h30*
  
- ★ **“Parenthèse enchantée”**, séjour au coeur de la nature pour déconnecter vos équipes du stress et du quotidien grâce à des animations variées  
*Séjour proposé par Boris Delorme, jusqu'à 20 personnes, durée 2 jours à 1 semaine*

# *Escale : Regain d'énergie*

Des ateliers permettant d'améliorer la santé physique de vos équipes tout en apprenant à gérer leur stress.

Ces ateliers sont proposés par Laurent Bidari, coach sportif Olympique.

★ **“Optimiser ses postures pour gagner en énergie”**

Jusqu'à 15 personnes, durée 1h ou 1h30

★ **“Améliorer sa posture : spécial dos”**

Jusqu'à 15 personnes, durée 1h

★ **“Techniques de respiration pour gérer son stress”**

Jusqu'à 20 personnes, durée 2h ou 2 fois 1h

★ **“Les bienfaits de la marche sportive et de la course à pied”**

Jusqu'à 20 personnes, durée 1h ou 1h30



# *Escale : Gestion relationnelle positive*

Favorisez des relations constructives et paisibles dans votre entreprise grâce à nos ateliers de gestion relationnelle positive. A l'occasion de cette escale, des jeux de rôle seront organisés pour expérimenter de manière pratique plusieurs cas de figure permettant notamment d'aborder les clés d'une communication inter-relationnelle qualitative.

## ★ “Leadership day : Devenez coach au lieu de manager”

Spécialement conçu pour les managers, cet atelier leur permet de mieux se connaître et de mieux connaître leurs collaborateurs pour révéler leurs talents, maximiser leur potentiel, et générer ainsi une osmose collective.

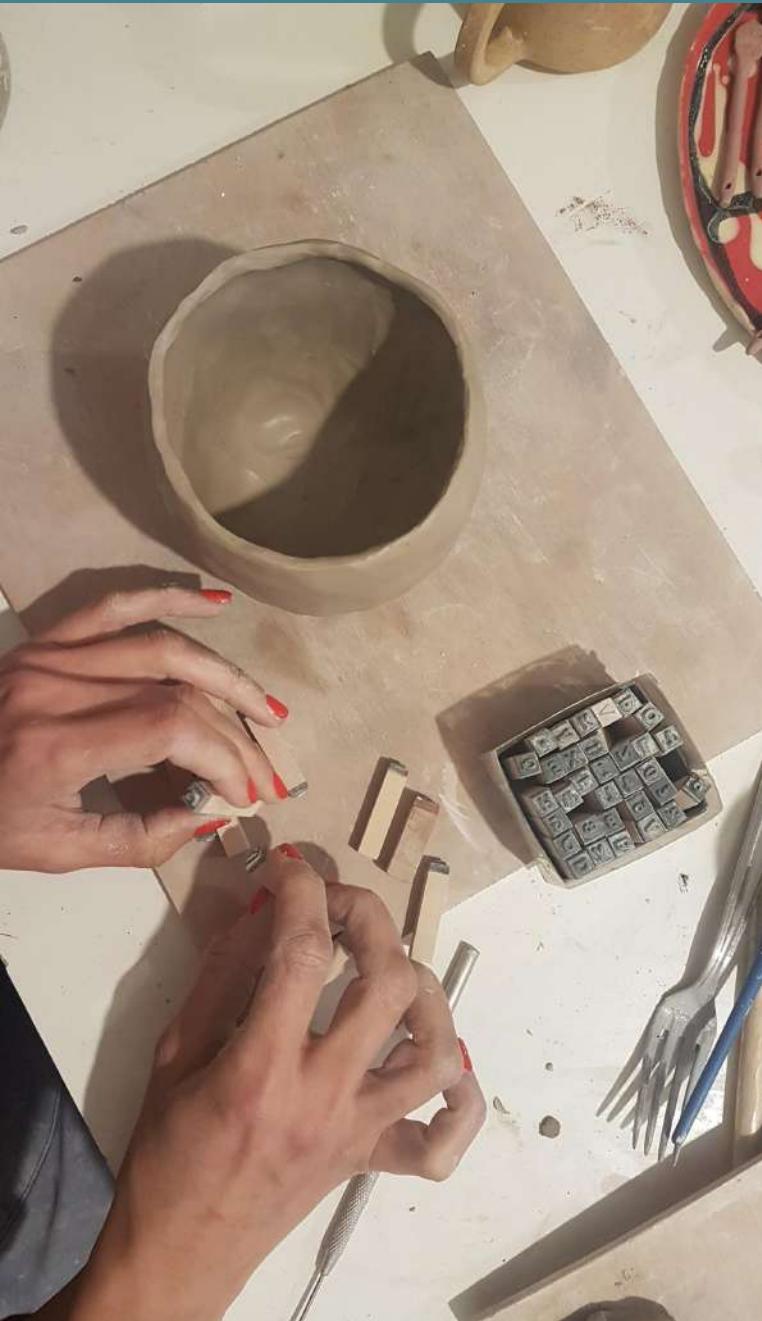
*Atelier proposé par Arnaud Collery, jusqu'à 40 personnes, durée 1 journée*

## ★ “Team Spirit : développez des relations professionnelles harmonieuses”

Ouvert à tous les employés, cet atelier permet de mieux se connaître et de mieux connaître ses collaborateurs pour une meilleure communication et des relations de travail plus équilibrées.

*Atelier proposé par Rima Chemirik, jusqu'à 12 personnes, durée 1 demi journée*

# Escale : Team-building co-créatif



Des espaces d'échanges et de co-création favorisant la synergie de groupe.

## ATELIERS D'ART-THÉRAPIE

- ★ **“Mettre en avant ses talents et les connecter à ceux des autres”** à travers un échauffement vocal et physique et la co-création de l'arbre des talents du groupe  
Atelier proposé par Louise Martin, jusqu'à 13 personnes, durée 3h
- ★ **“Construire ensemble une représentation créative de l'entreprise (ou de l'équipe)”** pour mettre en avant ses talents et les connecter à ceux des autres  
Atelier proposé par Louise Martin, jusqu'à 13 personnes, durée 3h
- ★ **“POSITIV'POT : Crédation de votre « Vous Positif » en céramique”**  
Atelier puisant dans les croyances négatives afin de les transformer et de les ancrer positivement dans la matière !  
Atelier proposé par Alexandra Mory-Béjar, jusqu'à 13 personnes, durée 3h

## ATELIERS D'ÉCHANGE CRÉATIF

- ★ **“Team-building autour de l'improvisation, du storytelling et l'expression de ses émotions”** : atelier qui favorise la confiance et la cohésion au sein d'un groupe  
Atelier proposé par Arnaud Collery, jusqu'à 40 personnes durée 1 journée minimum
- ★ **“Les mots et l'échange”**, composition d'un texte poétique commun pour rapprocher les collaborateurs autour des mots  
Atelier proposé par Boris Delorme, jusqu'à 12 personnes 3h

# Escale : Team-building co-créatif

**Co-création de collections sur-mesure pour valoriser votre image** grâce à l'expertise de Rima Chemirik, créatrice de la marque de vêtements engagée Rimarik.

Ateliers pour co-créer des objets qui vous ressemblent et vous motivent pour des occasions spéciales (séminaires d'entreprises, réunions internationales...) ou simplement pour mettre en valeur votre entreprise au-delà du simple logo et slogans habituels.

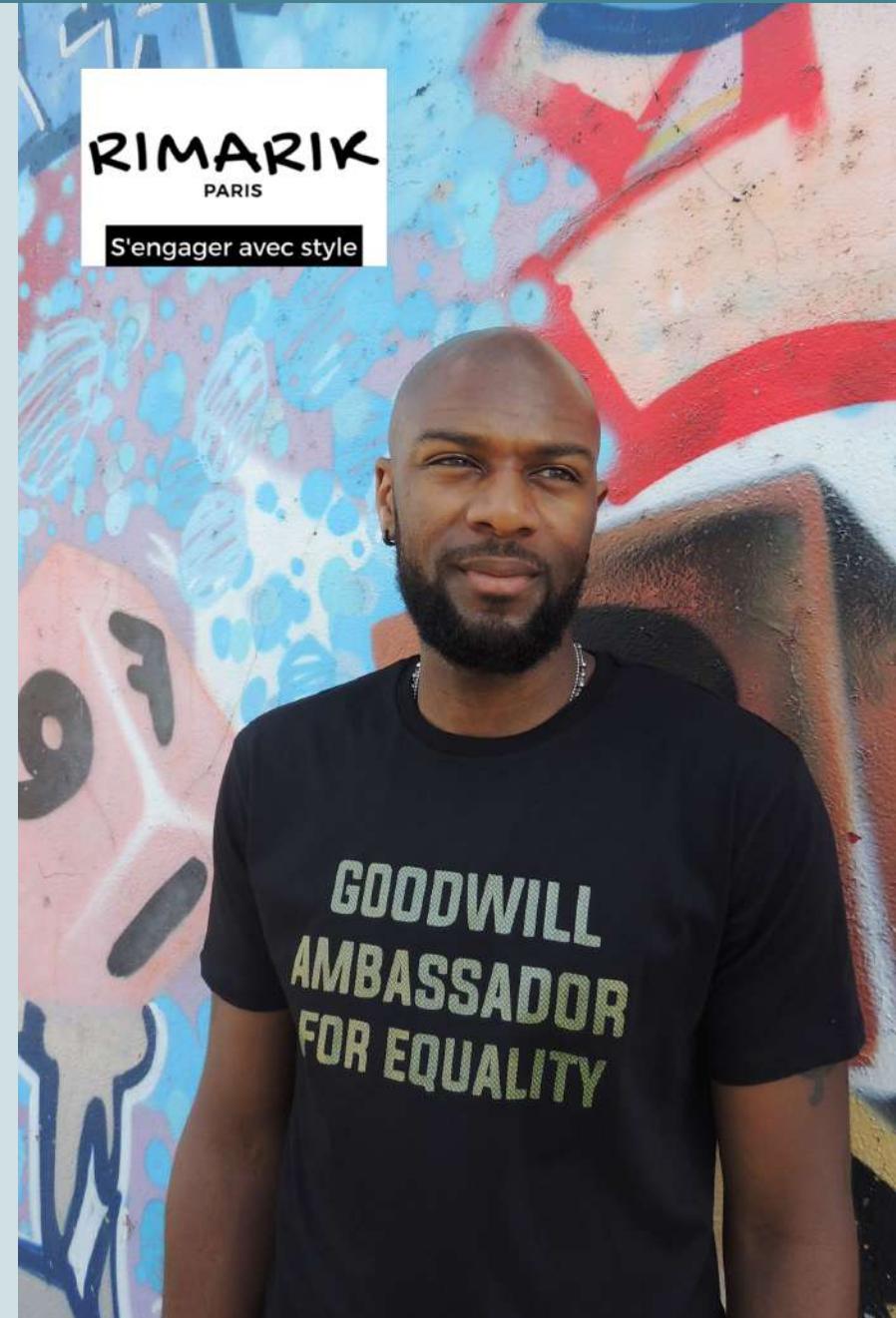
Nous vous proposons plusieurs objets personnalisables, et sommes à votre écoute pour en développer d'autres :

- **Textile alliant éco-responsabilité et style** : t-shirts, sweat-shirts et tote bags (possibilité de matières biologiques et recyclées)
- **Matériel de bureau** : carnets, stylos, et marque-pages
- **Déco** : tableaux, mugs....

En plus de choyer vos équipes avec des articles de qualité, vous leur offrez un véritable moment de partage, de co-création et de créativité qui permet également de resserrer les liens entre eux.

*Proposé par Rima Chemirik, jusqu'à 15 personnes, durée 3 heures*

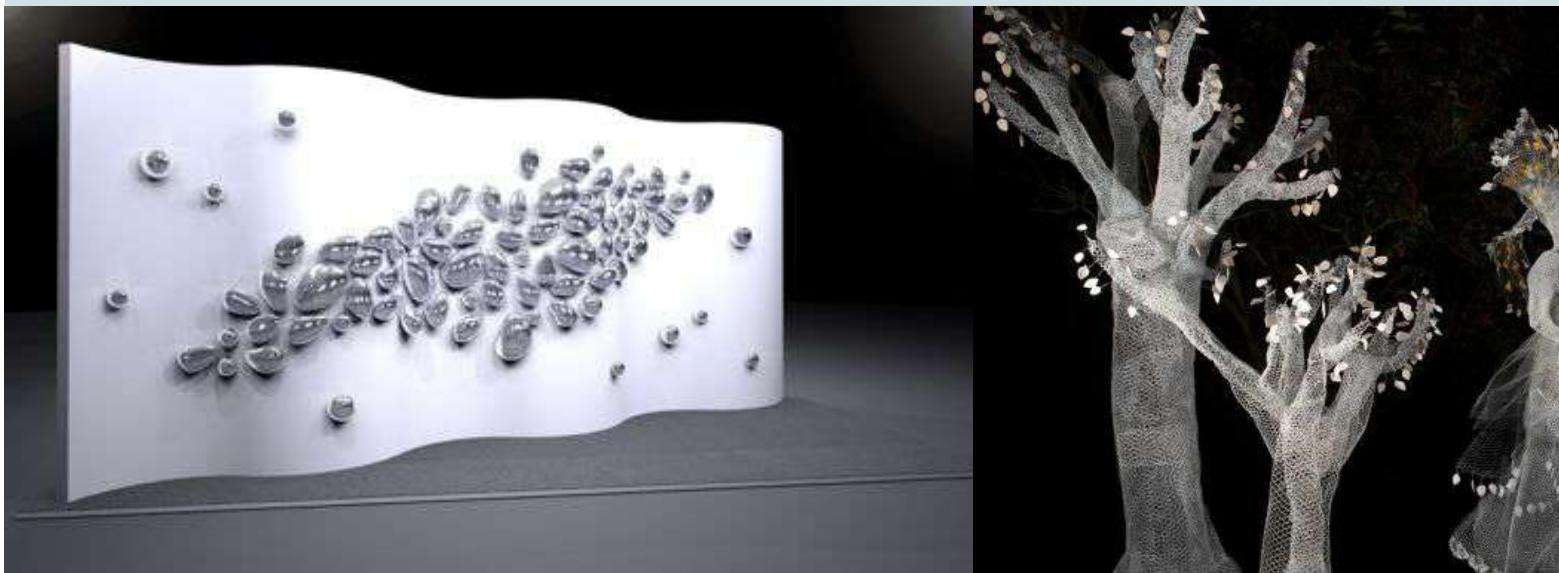
N.B : Cet atelier n'inclut pas la production des collections sur-mesure



# Escale : Team-building co-créatif

**Co-création d'un environnement de travail qui vous ressemble** grâce à l'expertise du designer Timothé Toury (agencement, déco, lumières, couleurs) et de l'artiste Odile Moulin

- ★ **“Conférence sur la lumière au travail”** pour améliorer le bien-être du personnel,  
*Proposé par Timothé Toury, jusqu'à 300 personnes, durée 2h*
- ★ **“Co-création d'un arbre de lumière”** pour rassembler votre entreprise autour de valeurs communes  
*Proposé par Timothé Toury et Odile Moulin, par groupe de 50 personnes, durée de 4h à plusieurs jours*
- ★ **“Co-création d'une sculpture de lumière à partir de fragments”**, chaque membre de la société est représenté par un fragment faisant partie d'une oeuvre globale  
*Proposé par Timothé Toury, jusqu'à 300 personnes, durée 4h*



# Escale : Instant sensibilisation

Des espaces de sensibilisation et d'échanges favorisant la synergie de groupe.

## AGIR POUR LA PLANÈTE

### ★ “La Fresque du Climat”

Atelier participatif et pédagogique pour comprendre les causes et conséquences du changement climatique, sous forme d'un jeu de cartes  
*Atelier proposé par Jérôme Lhôte, durée 3h*

## TRANSFORMER SON QUOTIDIEN

### ★ “Une alimentation saine : Faire les bons choix alimentaires”

Clés pour décrypter les étiquettes alimentaires et consommer de façon réfléchie et équilibrée  
*Atelier proposé par Rima Chemirik, jusqu'à 20 personnes, durée 2h*

### ★ “Détoxiner son organisme pour une meilleure santé”

Outils concrets pour prendre soin de son corps et de son mental grâce à la détox

*Conférence proposée par Gwennoline Renault, durée 1h30*

### ★ “Mon nouveau dressing heureux, conseils pour une garde-robe éthique et durable”

Clés pour mieux comprendre l'industrie de la mode et mieux la consommer  
*Atelier proposé par Natacha Ruiz, jusqu'à 20 personnes, durée 2h*

*Vivez des  
escapades éphémères*

# *Animez votre entreprise*

## L'Événementiel Crétif

Ensemble, co-créons des événements originaux dans vos locaux.

Offrez une animation conviviale à vos équipes ! Une occasion de présenter des marques de lifestyle éco-responsables et atypiques.

Nous organisons à vos côtés des événements hybrides alliant lifestyle, mode, art, dégustation... qui éveillent les sens !

2 options possibles :

- 1) **Notre concept “Greentime”** : Gestion de votre événement de A à Z incluant sélection et propositions des participants, des animations, réalisation des supports de communication....
- 2) **Light pack** : Nous définissons ensemble le concept et vous l'organisez

**Tarifs et présentation de “Greentime” détaillés sur demande**

Ces événements sont organisés par Poesia Consulting.



*Offrez des souvenirs  
exclusifs*



# *Choiez vos collaborateurs*

## Les Cadeaux Positifs

Offrez à vos collaborateurs des créations uniques et originales

### Des collections sur-mesure par Rimarik

- T-shirts & Tote bags pour faire rayonner le nom et les projets de votre entreprise
- Tableaux avec citations pour une décoration inspirante de vos locaux
- Mugs à messages motivants pour des pauses-café fructueuses
- Stylos & carnets pour faire naître des idées lumineuses

**Le + : Nous vous conseillons sur un choix de matériaux éo-responsables afin de respecter l'humain et l'environnement.**

Nous vous proposons des ateliers de co-création avec vos collaborateurs pour imaginer ensemble des collections sur-mesure que nous vous livrerons après production



# *Choiez vos collaborateurs*

## Les Cadeaux Positifs

### La collection d'objets positifs par Alexandra Mory-Bejar

Sur tote-bags et carte postales, Alexandra détourne des dictions populaires français, souvent négatifs, et nous montre comment il peut être facile, en changeant une ou deux lettres, de voir les choses sous un autre angle...

Offrez des Positiv'bag et des Positiv'card à vos équipes !

*Toute la collection et les tarifs sur demande*





# Allez plus loin

## Nos services complémentaires



### Recrutement

1001Talents est un réseau de chasseurs de têtes experts qui recrutent depuis 2004 pour le compte de 150 clients dans le High Tech : IT, Telecom & réseaux, Electronique, E-business, Media, Energies nouvelles ; les services BtoB : Conseil, Etudes de marché, Communication

La seule plateforme d'Open Innovation qui permette de faire collaborer de larges communautés jusqu'à la mise en oeuvre des idées : partager du contenu et explorer un sujet, collecter des idées et sélectionner les plus pertinentes, approfondir des concepts avec des outils collaboratifs de business modeling, incuber les projets en interagissant avec la communauté



Am Design Thinking se donne pour mission de transformer les entreprises afin de les rendre plus humaines et plus performantes grâce au design thinking qui est un est l'état d'esprit de problématisation et de recherche de solutions des designers.

### Animation pour enfants

Nous travaillons aussi avec La Maison de la Kamelia pour proposer le spectacle "La Fabuleuse aventure de Balthazar et de Léon" créé par Brigitte Manuceau



**Contactez-nous pour toute information complémentaire**



**Pour la réservation**

contact@visapourlebonheur.fr

**Rima Chemirik**  
06 51 26 64 32

**Natacha Ruiz**  
06 47 10 35 93

***[www.poesia-cie.com/visa-pour-le-bonheur](http://www.poesia-cie.com/visa-pour-le-bonheur)***

