



KIA NATURAL

www.kianatural.fr



+33 7 80 99 28 75



contact@kianatural.fr



Oise, Hauts de France



2025



Sommaire



K I A N A T U R A L

- **Kia Natural**
- **Ateliers Pratiques 2h**
- **Ateliers Pratiques 4h**
- **Séminaires 3j**
- **Séminaires 5j**
- **Nos Exclusifs**
- **Contact**





Kia Natural est une bulle de bien-être où la Santé et la Nature se rencontrent !
A travers la Naturopathie, des pratiques holistiques, des savoirs ancestraux et des approches modernes, nous proposons des anamnèses, des accompagnements, ateliers, séminaires et des produits naturels pour prendre soin de soi en douceur et en conscience dans le but de vous aider à (re)trouver une santé équilibrée, un mode de vie harmonieux et une véritable vitalité



Ateliers Pratiques 2 h



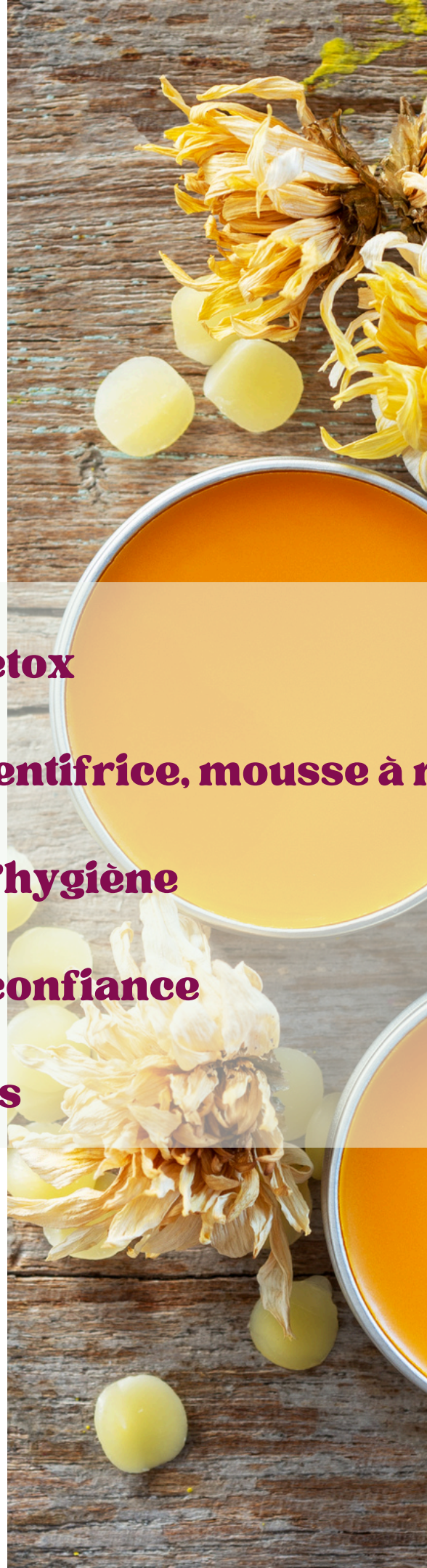
DIY Fabrication de Jus détox

DIY Fabrication de soins naturels (ex: baume, dentifrice, mousse à raser..)

DIY Fabrication de produits d'hygiène

DIY Fabrication d'un élixir de confiance

DIY Tisanes & Macérats



Ateliers à partir de 680€ TTC pour 8 pers.

Ateliers Pratiques 2 h



Initiation à la Naturopathie
Initiation et Olfaction Huiles Essentielles
Initiation à la Lithothérapie
Techniques de Respiration & Gestion du stress

Ateliers à partir de 560€ TTC pour 8 pers.



Ateliers Pratiques 2 h

Balades



Détox énergétique

À la découverte des trésors de la Forêt

Réharmonisation en nature

Balades à partir de 660€ TTC pour 8 pers.



Balades à partir de 980€ TTC pour 8 pers.



Ateliers Pratiques 4 h



Bien-être & vitalité en entreprise

Cohésion et Intelligence Émotionnelle

Énergie & Ancrage Naturel

Gestion du stress et Résilience en Entreprise

Booster sa créativité avec la Nature

Alimentation & Performance : Mieux manger pour Mieux travailler

Leadership & Nature : Trouver son Équilibre pour Mieux gérer

Vitalité & Immunité : Se Renforcer Naturellement

Conseils en images



KIA NATURAL

Ateliers Pratiques 4h

Exemples



Discussion Interactive

0 h 45 min.



Préparation de Collations Saines

1 h 15 min.



Exercices de Pleine Conscience

1 h



Échanges & Conseils Personnalisés

1 h

Séminaires 3j

VERSION STANDARD **A partir de 510€ TTC par pers.**

Hébergement confort, repas, collations, soul coaching



Reconnexion et Vitalité

Cohésion et Intelligence Émotionnelle



Énergie & Ancrage Naturel



Booster sa créativité avec la Nature

Alimentation & Performance : Mieux manger pour Mieux travailler





KIA NATURAL

Séminaires 3j

VERSION PREMIUM **A partir de 1280€ TTC par pers.**

Hébergement inclus, repas bio/local, prestations, activités immersives, collations, soul coaching



Aventure Extérieure & Exploration Intérieure

Reconnexion et Vitalité

Cohésion et Intelligence Émotionnelle



Énergie & Ancrage Naturel

Booster sa créativité avec la Nature

Alimentation & Performance : Mieux manger pour Mieux travailler





KIA NATURAL

Séminaires 3j

VERSION LUXE **A partir de 2450€ TTC par pers.**

Lieu Haut de gamme, chef privé, collations healthy, prestation haut de gamme, activités, Soul coaching, entretien personnalisé 1h



Aventure Extérieure & Exploration Intérieure

Reconnexion et Vitalité



Reconnexion et Renouveau



Nature & Équilibre Intérieure

Alimentation & Énergétique



Séminaires 3j

Exemples

Objectifs :
Vous offrir une pause ressourçante pour vous reconnecter à votre corps, à vos émotions, à votre esprit et à la Nature, tout en explorant des pratiques de bien-être et de revitalisation dans vos fonctions et activités professionnelles quotidiennes



Déconnexion & Ancrage

Jour 1



Régénération & Créativité

Jour 2



Intégration & Engagement Personnel

Jour 3



Cérémonie de clotûre

Jour 3



Déconnexion & Ancrage

Jour 1

- Marche sensorielle
- Atelier
- Coaching individuel
- Bain sonore & Détente guidée
- Soirée libre

- Rituel Matinal
- Coaching individuel
- Marche Méditative
- Engagement collectif



Intégration & Engagement Personnel

Jour 3



Régénération & Créativité

Jour 2

- Soft Moves é Respiration consciente
- Atelier DIY
- Coaching individuel
- Art-Thérapie
- Cercle de partage

- Échange des ressentis
- Cérémonie de clotûre



Cérémonie de clotûre

Jour 3

Bénéfices :

Reconnexion au corps,
aux émotions & à l'esprit

Libération de stress et
des tensions corporelles,
mentales &
émotionnelles
accumulées

Création de rituels bien-
être adaptés au
quotidien



KIA NATURAL

Séminaires 5j

VERSION STANDARD **A partir de 780€ TTC par pers.**

Hébergement standard, repas inclus, activités immersives, Soul coaching



Exploration Intérieure

Reconnexion et Renouveau



Nature & Équilibre Intérieure

Alimentation & Énergétique



Séminaires 5j

VERSION PREMIUM **A partir de 2145€ TTC par pers.**

Hébergement premium, repas bio/local, visites, activités immersives et bien-être, Soul coaching



Aventure Extérieure & Exploration Intérieure

Reconnexion et Vitalité

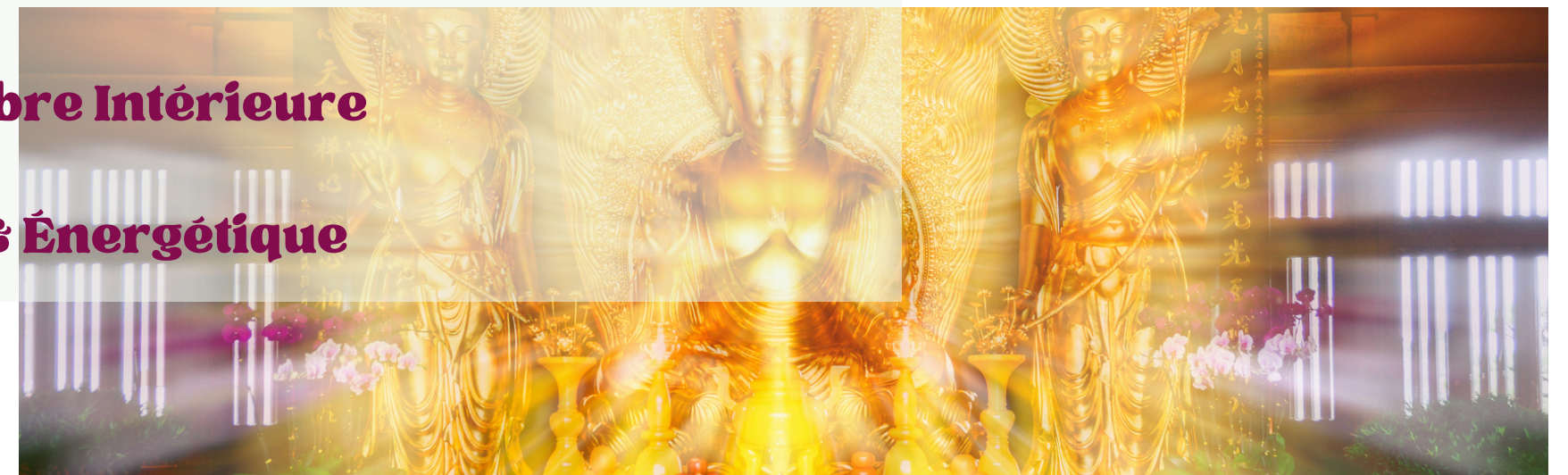


Reconnexion et Renouveau



Nature & Équilibre Intérieure

Alimentation & Énergétique



Séminaires 5j

VERSION LUXE **A partir de 3125€ TTC par pers.**

Lieu Haut de gamme, repas gastronomique équilibré, prestations & activités bien-être, Soul coaching, entretien personnalisé 1h...



Harmonie Sensorielle : Les 5 Sens pour un Équilibre Intérieur

Puissance et Sérénité

Nature & Équilibre Intérieure



Renaissance & Performance

Éveil & Excellence : Nature et Clarté Mentale



Séminaires 5j

Exemples

Objectifs : Vous offrir une transformation profonde à travers la redécouverte des cinq sens, affiner la perception, permettant une "Soul Connection" plus riche au monde, à soi et aux autres pour un bien-être durable.



Harmonie Sensorielle

Séminaire



Puissance & Sérénité

Séminaire



Alimentation & Énergétique

Séminaire



Éveil & Excellence

Séminaire



Nature & Équilibre Intérieur

Séminaire



Redecouverte des Sens

Jour 1

- Accueil et introduction au pouvoir des 5 sens
- Immersion sensorielle : Éveil tactile et visuel
- Déjeuner des saveurs contrastées
- Marche en pleine conscience avec exploration sensorielle

- Initiation aux parfums et à la mémoire olfactive
- Dégustation méditative
- Déjeuner : cuisine intuitive en équipe
- Atelier DIY Alchimie des senteurs
- Rituel de connexion



Le goût & l'Olfaction : Mémoire et Émotions Sensorielles

Jour 3



- Rituel de gratitude aux sens
- Création d'un ancrage sensoriel personnel
- Déjeuner festif sensoriel
- Cloture & Engagement à vivre plus pleinement ses sens



Synthèse & Intégration des 5 Sens dans le Quotidien

Jour 5

Bénéfices :

Présence et pleine
conscience

Réduction du stress & des
tensions

Éveil de la créativité & de
l'intuition

Réactivations des sens...



L'Ouïe et la Vibration : Écoute subtile du Monde

Jour 2

- Méditation sonore : écouter autrement
- Expérience auditive : reconnaître l'impact des sons sur le corps
- Déjeuner et musique en pleine conscience
- Création et improvisation sonore
- Cérémonie du son : Bain sonore collectif
- Rituel Matinal
- Exercices de contemplation visuelle
- Peinture intuitive & Exploration
- Déjeuner des couleurs
- Activation de la Vision intérieure & lecture intuitive
- Partage des visions & Intégration



La Vue & l'Intuition : Lire au-delà du Visible

Jour 4



KIA NATURAL

Notre Naturopathe

Experte en santé naturelle, Rokia accompagne particuliers de tous âges ainsi qu'entreprises de tous secteurs vers un bien-être optimal et responsable grâce à la Naturopathie et ses branches.

Fondatrice de Kia Natural, elle anime des séminaires et ateliers sur mesure en plus de ses thérapies et anamnèses, alliant conseils pratiques, savoirs et expériences, vérités bienveillantes ainsi que solutions naturelles et responsables pour améliorer la vitalité et la qualité de vie.





KIA NATURAL

www.kianatural.fr

CONTACTEZ-NOUS



+33 7 80 99 28 75



contact@kianatural.fr



Oise, Hauts de France



2025

