



KIA NATURAL

www.kianatural.fr



+33 7 80 99 28 75



contact@kianatural.fr



Oise, Hauts-de-France



2026



Sommaire



KIA NATURAL

- **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 !
À travers la Naturopathie, des pratiques holistiques, des savoirs ancestraux et des approches modernes, nous proposons des consultations, des accompagnements, des ateliers et séminaires, mais également 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

À partir de 680€ TTC pour 8 personne



Ateliers Pratiques 2 h



Initiation à la Naturopathie

Initiation et Olfaction d' Huiles Essentielles

Initiation à la Lithothérapie

Techniques de Respiration & Gestion du stress

À partir de 560€ TTC pour 8 personnes



Ateliers Pratiques 2 h

Balades



Détox énergétique

À la découverte des trésors de la Forêt

Réharmonisation en nature

À partir de 660€ TTC pour 8 personnes



À partir de 980€ TTC pour 8 personnes



Ateliers Pratiques 4 h



Bien-être & vitalité en entreprise

Cohésion et Intelligence Émotionnelle

Énergie & Ancrage Naturel

Gestion du stress et Résilience

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 **À partir de 510€ TTC par personne**

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

Séminaires 3j

VERSION PREMIUM **À partir de 1280€ TTC par personne**

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





KIA NATURAL

Séminaires 3j

VERSION LUXE **À partir de 2450€ TTC par personne**

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



Aventure Extérieure & Exploration Intérieure

Reconnexion & Vitalité



Reconnexion & Renouveau



Nature & Équilibre Intérieur

Alimentation & Énergétique



Séminaires 3j

Objectifs :

Exemples

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 Clôture

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 & Respiration consciente
- Atelier DIY
- Coaching individuel
- Art-Thérapie
- Cercle de partage

- Échange des ressentis
- Cérémonie de clotûre



Cérémonie de Clôture

Jour 3

Bénéfices :

Reconnexion au corps,
aux émotions & à l'esprit

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

Création de rituels bien-
être adaptés au
quotidien

Séminaires 5j

VERSION STANDARD **À partir de 780€ TTC par personne**

Hébergement standard, repas inclus, activités immersives, Soul coaching



Exploration Intérieure

Reconnexion & Renouveau



Nature & Équilibre Intérieur



Alimentation & Énergétique

Séminaires 5j

VERSION PREMIUM **À partir de 2145€ TTC par personne**

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 Intérieur

Alimentation & Énergétique



Séminaires 5j

VERSION LUXE **À partir de 3125€ TTC par personnes**

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 & Sérénité

Nature & Équilibre Intérieur



Renaissance & Performance

Éveil & Excellence : Nature & 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



Redécouverte des 5 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
- Clôture & 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

Redécouverte 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



Fondatrice de Kia Natural, Rokia accompagne particuliers, personnalités publiques et professionnels à travers une approche de la naturopathie à la fois concrète, humaine et personnalisée.

Son parcours, de l'univers de la mode et de l'image à celui de la santé naturelle, nourrit une approche singulière où l'écoute, la transmission et l'expérience occupent une place essentielle.

Consultations, ateliers, conférences ou séminaires : chaque intervention est pensée en fonction du public, du contexte et des objectifs recherchés. En entreprise comme auprès des collectivités et des structures associatives, Rokia crée des expériences accessibles et vivantes autour de la vitalité, de l'alimentation, de la gestion du stress, de l'estime de soi et de la reconnexion à la nature.

Avec Kia Natural, l'objectif n'est pas d'imposer une façon de vivre, mais de transmettre des clés concrètes pour mieux comprendre ses besoins et prendre soin de soi au quotidien.



KIA NATURAL

www.kianatural.fr

CONTACTEZ-NOUS



+33 7 80 99 28 75



contact@kianatural.fr



Oise, Hauts-de-France



2026

