



**SOUTIEN OPÉRATIONNEL
& HYGIÈNE DE VIE**

PRESTATIONS

**Libérez-vous du temps et
gagnez en qualité de vie!**


**Plus d'informations sur
www.virginieblaisonneau.com**





POURQUOI FAIRE APPEL À MOI?

Assistante administrative dans des associations pendant plus de 10 ans, j'ai appris à collaborer sur des projets à impact positif avec des interlocuteur.rice.s exigeant.e.s.

Également naturopathe et parce-que la qualité de vie, en particulier celles des entrepreneur.e.s, me tient à coeur, je propose des conseils en vue d'une hygiène de vie optimale et d'une gestion du stress efficace.

**RETROUVEZ-MOI SUR
WWW.VIRGINIEBLAISONNEAU.COM**





GESTION COMMERCIALE

- Relation client.e.s, fournisseurs
 - Saisie de factures, notes de frais
 - Saisie et envoi de devis
 - Rapprochement budgétaire, suivi de budget
 - Suivi des règlements, relances clients
 - Lien avec le cabinet comptable
 - Suivi des contrats, des abonnements, des échéances
-

GESTION ADMINISTRATIVE

- Mise en place de suivis de projets, bases de données, rétroplannings
 - Saisie, mise en forme, relecture de documents
 - Gestion de courriels
 - Recherches Internet
-

ORGANISATION & LOGISTIQUE

- Déplacements : réservations de transports
- Logistique évènements : rencontres, ateliers, formations (commandes, relations interlocuteurs.trices)
- Formalités de voyage



GESTION D' ACTIONS DE FORMATION

- Suivi des apprenant.e.s : conventions, questionnaires, réponses aux questions
 - Mise en forme de documents support
 - Gestion de plateformes de formation : saisie et mise en ligne de documents
 - Aide à l'élaboration du BPF
 - Accompagnement à la certification Qualiopi
-

AUTRES PRESTATIONS

- Retouche et recadrage photos
 - Aide à la création d'un site WIX
 - Aide à la constitution de dossiers d'appel d'offres, suivi, échéancier
-

BIEN-ETRE & GESTION DU STRESS

- Conseils personnalisés en hygiène alimentaire, physique et psycho-émotionnelle.
- Gestion du stress
- Rééquilibrage alimentaire



TARIFS

Soutien opérationnel

280 € le forfait jour
(soit 35 € de l'heure)

Ou

38 € de l'heure
(à l'unité)

*Majoration: missions urgentes,
week-end et jours fériés*

Bien-être et gestion du stress

Séance à l'unité : 80 € / heure
Capsule 2 séances et suivi : 150 €

Plus d'informations sur
www.virginieblaisonneau.com

