



## RENFORCEZ LA COHÉSION DE VOTRE ÉQUIPE GRÂCE À NOTRE OFFRE SUR-MESURE



+224 621 85 77 44



[www.agencebmf.com](http://www.agencebmf.com)  
[contact@agencebmf.com](mailto:contact@agencebmf.com)



Camayenne plage





## PRÉSENTATION

BMF (Beast Mode Fitness SARL) est la première agence d'Éducation Sportive et de Bien-être en Guinée, notre slogan est Visa Santé physique et mental. Nous sommes spécialisés dans les domaines suivants :

- Team Building (Activités physiques, intellectuelles et artistiques) ;
- Promotion de la culture organisationnelle, diversité, inclusion et équité ;
- Formation des thématiques de développement personnel : gestion de stress, EQ (Intelligence émotionnelle) et Leadership ;
- Conseils pratiques pour une alimentation équilibrée (nutrition) ;
- Vente des articles sportifs, équipement et conseils ;
- Séances de rééducation après une maladie ou un accident ;
- Organisation d'excursions sur des sites touristiques ;
- Couverture événementielle avec logistique Digitale.

## NOTRE VISION

Promouvoir le bien-être et l'éducation sportive dans le but de sensibiliser à l'importance de la santé physique et mentale.

## NOTRE MISSION

Contribuer à l'amélioration de la santé mentale et physique des particuliers et organisations.

## NOS VALEURS

- Esprit d'équipe ;
- Motivation ;
- Professionnalisme ;
- Leadership.

BMF vous propose une expérience de Teambuilding unique, conçue pour renforcer la cohésion de votre équipe, favoriser la communication et développer l'esprit d'équipe. Notre objectif est de vous offrir une journée (ou plus) mémorable, alliant divertissement, apprentissage et challenges collectifs.







## I. CONTEXTE

*Dans une époque où le bien-être et la santé deviennent vitaux, il est primordial que les entreprises et les personnes prennent cela en compte.*

Les problèmes de santé, qu'ils soient physiques ou mentaux, sont souvent à l'origine de nombreux arrêts de travail, ce qui engendre des coûts significatifs pour les entreprises. Dans certains secteurs, des réglementations obligent les entreprises à instaurer des mesures garantissant la santé et la sécurité de leurs employés.

BMF a mené des études et investigations et s'est rendu compte de l'inexistence des entreprises spécialisée sur la question santé, éducations sportives et bien-être en Guinée, cette même étude nous permet de ressortir les facteurs qui ont contribué à la création de notre agence :

- **Conscientisation accrue** : Les individus sont de plus en plus conscients de l'importance de leur santé et de leur bien-être ;
- **La sédentarité** : Conséquence de la modernité et de la vie urbaine, entraîne une augmentation des maladies chroniques (obésité, diabète, maladies cardiovasculaires), ainsi nous proposons des solutions pour lutter contre ces problèmes ;
- **Évolution des modes de vie** : Le stress lié au travail et la pression sociale sont des facteurs qui ont un impact négatif sur la santé ;
- **Valorisation du sport et de l'activité physique** : Le sport est de plus en plus valorisé comme moyen d'épanouissement personnel et de socialisation ;
- **Changement des attentes des employés** : Les employés d'aujourd'hui accordent une importance croissante à l'équilibre vie professionnelle/vie personnelle et à un environnement de travail sain.

En résumé, la création de notre agence dédiée à l'éducation sportive et au bien-être répond à une demande sociale en constante augmentation et présente des opportunités de développement prometteuses.

## II. POURQUOI CHOISIR NOTRE OFFRE ?

- **Personnalisation** : Nous adaptons chaque activité à vos objectifs, à la taille de votre équipe et à vos contraintes ;
- **Expérience** : Notre équipe expérimentée vous accompagne tout au long de l'événement pour garantir son succès ;



+224 621 85 77 44



[www.agencebmf.com](http://www.agencebmf.com)  
[contact@agencebmf.com](mailto:contact@agencebmf.com)



Camayenne plage





- **Lieu** : Nous proposons un large choix de lieux : en entreprise, en extérieur, ou dans un lieu atypique ;
- **Activités variées** : Nous vous proposons une multitude d'activités pour tous les goûts : sportives, créatives, ludiques, etc.

### III. NOTRE OFFRE COMPREND :

- **Analyse de vos besoins** : Un entretien préalable pour comprendre vos attentes et vos objectifs;
- **Conception d'un programme sur-mesure** : La création d'un programme d'activités adapté à votre équipe et à vos objectifs ;
- **Animation par des professionnels** : Des animateurs expérimentés pour encadrer les activités et favoriser la cohésion;
- **Matériel et logistique** : Tout le matériel nécessaire à la réalisation des activités ;
- **Un rapport de synthèse** : Un retour sur l'événement avec des pistes d'amélioration pour votre équipe.
- **Formation sur les thématiques de développement personnel, de Leadership et de bien-être** :
  - **Nutrition et diététique** : Les formations en nutrition permettent d'acquérir les connaissances nécessaires pour accompagner les clients dans leur démarche.
  - **Coaching de vie**: Accompagner les individus dans leur quête de sens, définir leurs objectifs et mettre en place des stratégies pour les atteindre.
  - **Praticien en PNL (Programmation Neuro-Linguistique)**: Développer ses capacités de communication, influencer positivement son environnement et transformer ses croyances limitantes.
  - **Intelligence émotionnelle** : Comprendre et gérer ses émotions, celles des autres, et développer des relations plus harmonieuses.
  - **Mindfulness**: Cultiver la présence à l'instant présent pour réduire le stress et améliorer le bien-être.
  - **Résilience** : Développer la capacité à faire face aux difficultés et à rebondir après les épreuves.



- **Leadership personnel**: Développer ses qualités de leader pour influencer positivement son environnement et atteindre ses objectifs.
  - **Gestion du temps**: Optimiser son temps et sa productivité pour mener une vie plus équilibrée.
  - **Développement de l'estime de soi**: Renforcer sa confiance en soi et s'accepter tel que l'on est.
- **Teambuilding Activités de réflexion et de stratégie pour les organisations:**

Les activités de team building axées sur la réflexion et la stratégie sont essentielles pour favoriser l'innovation, la résolution de problèmes et la prise de décision collective au sein d'une équipe.

#### IV. ACTIVITÉS POSSIBLES :

Voici quelques exemples d'activités de teambuilding adaptées à une équipe mixte, jeunes et moins jeunes, qui favorisent à la fois la cohésion et le respect des différences :

##### 1. ACTIVITÉS FAVORISANT LA COMMUNICATION ET LA DÉCOUVERTE DE L'AUTRE :

- a) **Le speed-dating des compétences** : Chaque participant doit présenter brièvement une de ses compétences ou un de ses centres d'intérêt. L'objectif est de créer des échanges et de découvrir les talents cachés de chacun.
- b) **Le tableau vivant** : L'équipe est divisée en petits groupes. Chaque groupe doit créer un tableau vivant représentant un thème donné (un événement historique, un slogan de l'entreprise, etc.). Cette activité favorise la créativité, la communication et la collaboration.
- c) **Le quiz intergénérationnel** : Un quiz avec des questions portant sur différentes époques et différents sujets permet de partager ses connaissances et de découvrir les centres d'intérêt des autres.

##### 2. ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES À TOUS :

- a) **La chasse au trésor** : Une chasse au trésor dans les environs de l'entreprise ou dans un lieu choisi permet de combiner activité physique et esprit d'équipe. Les énigmes peuvent être adaptées à tous les niveaux.
- b) **Les ateliers créatifs** : Des ateliers de cuisine, de peinture, de sculpture ou de musique permettent de développer la créativité et de se détendre dans une ambiance conviviale.
- c) **La randonnée ou la balade en nature** : Une activité idéale pour se ressourcer et discuter dans un cadre agréable.



### 3. ACTIVITÉS FAVORISANT LA RÉFLEXION ET LA RÉOLUTION DE PROBLÈMES :

- a) **Les escape games** : Des jeux d'évasion en équipe permettent de développer la logique, la communication et l'esprit d'équipe;
- b) **Les ateliers de construction** : Des activités de construction avec des matériaux variés (légos, kapla, etc.) favorisent la collaboration et la résolution de problèmes ;
- c) **Les jeux de rôles** : Des jeux de rôles permettent de se mettre dans la peau des autres et de développer l'empathie.







## V. NOTRE ÉQUIPE :

Notre équipe regroupe des experts qui partagent également une passion pour le sport, la santé, le bien-être et le développement personnel grâce aux formations.



**Hervé Vincent KOUROUMA**

- DG BMF & Co-Fondateur
- DRH Les Moulins d'Afrique Groupe SONOCO
- Directeur Associé GVG

- Formateur International Certifié
- Traducteur-Interprète
- Coach Accrédité



**Djibril THIAM**

- DGA BMF & Co-Fondateur
- FinTech Business Development Expert à DIWALGUI

- Senior Specialist Marketing & Project Management
- Bilingue
- Coach Sportif



**Mory Moussa TOURE**

- Directeur Général MMT AILY TRANSIT
- Co-Fondateur BMF

- Encadreur Sportif renforcement musculaire
- Operateur Économique



**Fanta KABA**

- Share Holder & Logistics Director Guiter SA
- Co-Fondatrice BMF

- Bilingue
- Encadreuse Physique & Nutrition



**Fatoumata BERETE**

- Présidente du Club BMF
- Cadre de l'ambassade l'Allemagne en Guinée
- Chef d'entreprise

- Coach Sportive Certifié pa Reebok en Allemagne
- Spécialiste Achat, Contrat & Logistique



**Thierno Ousmane DIALLO**

- Directeur HSE & Logistique à LafargeHolcim Guinée
- Vice Président du Club BMF
- CEO TOD Logistics -Trading

- Formateur International Certifié en HSE & Logistique
- Consultant en Business Strategy Development & Cost Optimization



**Saidou TOURE**

- Cadre Audit & Contrôle à l'ARPT
- Chargé Com Club BMF
- DG CAJIRA Consulting

- Certified Internal Auditor & Control
- Consultant Bonne Gouvernance des Organisations



**Fodé Momo BANGOURA**

- DGA Clinique CIBA
- DG CUSAGO Group
- Charge Finance à BMF

- Formateur International CJD
- Référent Afrique CJD International





a) **Nos coachs sportifs :**

Ils orientent vers une approche idéale, en faisant preuve d'expertise et en étant attentifs, tout en concevant des programmes personnalisés adaptés à vos objectifs et à votre rythme.

Faites confiance à nos coachs sportifs, compétents et expérimentés pour prendre soin de votre bien-être. Ils vous accompagnent en vous offrant des conseils personnalisés ainsi que des programmes d'entraînement adaptés à vos besoins spécifiques. Atteignez vos aspirations de remise en forme, de perte de poids ou tout simplement d'amélioration de votre santé, en toute sécurité et de façon efficace.

b) **Nos médecins conseils :**

- Conseils médecine sportive ;
- Nutrition et alimentation équilibrée ;
- Soins Kinésithérapie pour les cas d'accidents de façon globale et accidents cardiovasculaire.

c) **Nos masseurs professionnels :**

Leurs rôles consistent à masser les membres pendant les séances d'éducation sportive, pour cela ils appliquent en fonction des situations :

**Prévention des blessures**

- **Échauffements personnalisés :** Le masseur prépare les athlètes avant l'effort en effectuant des massages spécifiques pour améliorer la circulation sanguine, la mobilité articulaire et la proprioception ;
- **Conseils posturaux :** Il évalue la posture des athlètes et leur donne des conseils pour prévenir les déséquilibres musculaires et les blessures ;
- **Préparation physique :** Il participe à la préparation physique des athlètes en intégrant des techniques manuelles dans les séances d'entraînement.

**Soins post-entraînement et récupération**

- **Massages de récupération :** Il effectue des massages pour éliminer les toxines, réduire les douleurs musculaires et favoriser la récupération après l'effort ;
- **Techniques de relaxation :** Il utilise des techniques de relaxation (comme le massage suédois, le massage sportif, etc.) pour aider la personne à gérer le stress et à améliorer leur sommeil.

**Soins des blessures**

- **Traitement des blessures :** Il prend en charge les petites blessures (entorses, tendinites, etc.) en utilisant des techniques manuelles et des appareils de thérapie physique ;
- **Suivi des blessures :** Il suit l'évolution des blessures et adapte ses traitements en fonction des besoins de chaque personne au besoin ;

•







**Collaboration avec les autres professionnels de la santé** : Il travaille en étroite collaboration avec les kinésithérapeutes, les médecins du sport et les entraîneurs pour optimiser la prise en charge des athlètes.



+224 621 85 77 44



[www.agencebmf.com](http://www.agencebmf.com)  
[contact@agencebmf.com](mailto:contact@agencebmf.com)



Camayenne plage





**BMF**

VOTRE VISA, SANTE!

Contactez-nous pour plus d'information



**BMF**

VOTRE VISA, SANTE!



+224 621 85 77 44



[www.agencebmf.com](http://www.agencebmf.com)  
[contact@agencebmf.com](mailto:contact@agencebmf.com)



Camayenne plage



+224 621 85 77 44



[www.agencebmf.com](http://www.agencebmf.com)  
[contact@agencebmf.com](mailto:contact@agencebmf.com)



Camayenne plage

