

CONCILIER BIEN-ÊTRE ET EFFICACITÉ PERSONNELLE AVEC LA MINDFULNESS

Cette **conférence** est **pour vous**, si vous souhaitez :

- Mieux gérer votre stress
- Faciliter votre concentration, votre résilience et votre productivité
- Améliorer votre créativité et votre satisfaction au travail
- Favoriser une ambiance de collaboration et d'intelligence collective au sein de vos équipes

**NOUVEAUTE
2016 !**

OBJECTIF

Découvrir ce qu'est la mindfulness et comprendre comment elle permet de faire émerger les qualités essentielles au leadership.

PROGRAMME

- ❶ Le contexte professionnel d'aujourd'hui – le prisme des neurosciences
- ❷ Qu'est-ce que la Mindfulness ?
- ❸ La Mindfulness au service des organisations
- ❹ Intégrer la Mindfulness dans votre vie professionnelle

CIBLE

POUR TOUS

DATE

PLANNING SUR www.escpeuropealumni.org

HORAIRE

18H30 A 20H30

LIEU

ESCP EUROPE ALUMNI

Le n° de salle sera précisé par affichage le jour de la conférence

COUT

20 euros pour les cotisants,
40 euros pour les non cotisants et extérieurs

ANIMATEURS

STEPHANE LELUC
KALAPA ACADEMY

JEAN-DENIS SULPICE (95)
Dirigeant OROS PARTNERS