

NOVOTEL PARIS-BERCY
85, rue de Bercy - 75012 PARIS



ITINÉRAIRE

- **En métro**
De la Gare de Lyon : lignes 14 ou 6, descendre à Bercy puis marcher 1 minute.
- **En venant des aéroports Charles de Gaulle et Orly**
Prendre le RER B jusqu'à Châtelet-les-Halles, puis le RER A jusqu'à la Gare de Lyon puis cf « en métro ».
- **En voiture**
Sortir Porte de Bercy sur le périphérique, puis prendre Paris centre et Palais Omnisports de Bercy (POPB).
Parking public couvert (payant).
Parking public extérieur (payant).

Club Management & Marketing

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Bulletin à retourner à :
Emilie Devaux avant le **1^{er} décembre 2014** impérativement
Club Management & Marketing
2, rue Lord Byron - 75008 PARIS
Tél. 01 40 75 78 84 - Fax. 01 58 36 57 18
Mail : contact@management-habitat.org

Club Management & Marketing
2, rue Lord Byron
75008 PARIS

Club Management & Marketing

LA MÉDITATION DANS LE TRAVAIL

NOVOTEL PARIS BERCY / **17 décembre 2014**



Le Club Management & Marketing organise une **conférence-débat** exceptionnelle avec la présence de **CHRISTOPHE ANDRÉ**

INSCRIPTION

Conférence-débat

**Club Management
& Marketing**

LA MÉDITATION DANS LE TRAVAIL

Mercredi **17 décembre 2014**

avec la participation exceptionnelle
de **CHRISTOPHE ANDRÉ**

PLACES LIMITÉES

Bulletin à retourner avant le
1^{er} décembre 2014 impérativement

Madame, Monsieur : _____

Fonction : _____

Organisme : _____

Adresse : _____

Tél. : _____

E-mail : _____

PARTICIPERA À LA JOURNÉE :

Adhérent au Club - 90 € Non Adhérent au Club - 500 €

DÉJEUNERA :

OUI NON

Afin de préserver la qualité du travail de nos participants, nous sommes amenés à en limiter le nombre. En conséquence, les inscriptions seront enregistrées par ordre d'arrivée, la participation pouvant être limitée à deux représentants par organisme dans l'hypothèse d'un trop grand nombre d'inscriptions. Bulletin à retourner par courrier ou par mail à l'adresse suivante : contact@management-habitat.org

Toute annulation doit nous parvenir par écrit **15 jours** avant la date de la manifestation. Après cette date aucun remboursement ne sera effectué.

Quelles peuvent être les contributions des techniques de travail sur soi pour retrouver une qualité et une sérénité dans le travail ?

La place de la méditation constitue-t-elle un simple pansement aux maux du travail ou inaugure-t-elle une évolution profonde des modèles de management ?

Autour de ces questions clés pour les collectifs humains de nos entreprises et leur performance, le Club vous propose une conférence originale avec l'un des spécialistes les plus reconnus sur la question de la méditation et du bien-être.



CHRISTOPHE ANDRÉ

nous fait le plaisir d'être présent le
17 décembre 2014

pour une conférence-débat autour
de la **méditation dans le travail**

Il exerce dans le Service Hospitalo-Universitaire de l'hôpital Sainte-Anne à Paris, au sein d'une Unité de Psychothérapie Comportementale et Cognitive, spécialisée dans le traitement et la prévention des troubles émotionnels, anxieux et dépressifs.

Spécialiste français reconnu de la pratique de la méditation pleine conscience, auteur consacré de nombreux ouvrages sur la question du bien-être, du bonheur et de la méditation, **il évoquera les ressources que peuvent apporter pour chacun ces techniques dans le cadre de l'activité professionnelle et la place qu'elle pourrait avoir dans une gestion plus humaine des entreprises.**



PROGRAMME

- 9h00** Accueil des participants
- 9h30** Introduction par **Pierre-Yves Antras**, Directeur Général de Haute-Savoie Habitat, administrateur du club et **Anne Sibois**, Directrice Générale Adjointe de Dynacité, trésorière du club
- 9h45** Intervention de **Christophe André**
- 12h30** Déjeuner
- 14h00** Fin de la journée

De nombreuses publications, dossiers spéciaux, émissions (Comment réinventer son travail¹, Changer le travail²...) sont consacrés à la question du travail et de l'épanouissement.

De nombreux facteurs alimentent le constat d'un malaise dans le travail : accélération des changements parfois non accompagnés, tension plus forte dans l'exercice quotidien de l'activité, situation d'urgence chronique, confusion entre urgence et importance, managers sous pression des dispositifs de reporting essentiellement financiers, éloignement des réalités de travail, utilisation non maîtrisée des nouvelles technologies, perte de la dimension humaine dans la relation managériale, perte de confiance, risques de désengagement...

Si tous les constats ne touchent pas de manière similaire toutes les entreprises et les secteurs d'activité, ils dessinent une toile de fond préoccupante pour le management des équipes et la performance des entreprises.

Parmi la panoplie des leviers d'amélioration du travail et de son management, **les techniques dites douces, de méditation pleine conscience, de « lâcher prise », de yoga, de slow management, de management par la confiance...**, constituent des voies de plus en plus fréquemment citées pour développer une gestion plus humaine de l'entreprise, retrouver de l'authenticité dans les relations, prendre du recul, se recentrer, prioriser, retrouver de la sérénité dans l'exercice du travail et des relations plus apaisées. Elles signent le retour de la dimension humaine dans le management.

Elles rencontrent un succès de plus en plus grand à la fois auprès du public qui y voit des ressources possibles pour la (re)conquête du bonheur personnel et des entreprises qui développent stages et séminaires autour de cette thématique.

¹ : Numéro de l'hebdomadaire « le 1 » du 15 octobre 2014.
² : Dossier spécial de Sciences humaines n°36 du 3^{ème} trimestre 2014, « Changer le travail, 20 pistes pour améliorer la qualité de vie au travail ».