

« LEADERS FOR GOOD »

« Le leadership inspirant »

La mindfulness au service d'un leadership inspirant. Comment incarner un leadership visionnaire, bienveillant, aligné avec ses valeurs, agissant aujourd'hui pour le monde de demain.

Module I : Séminaire intensif de 3 jours

Origine et esprit du Séminaire

Dans un monde post Covid-19, nous pouvons incarner le changement que nous voulons voir dans le monde par nos qualités et nos comportements. Ces qualités de cœur et de courage se développent notamment grâce à la mindfulness.

Nous avons tendance à sous-estimer nos capacités de transformation, et à tenir nos qualités et défauts comme immuables, alors que nous pouvons les transformer de façons extraordinaires et durables. Au moment où les recherches en neurosciences, sur le fonctionnement du cerveau et le bonheur sont nombreuses et de plus en plus précises, nous savons que nous pouvons entraîner notre esprit comme on s'entraîne pour lire, jouer d'un instrument, apprendre un sport.

Nous avons conçu ce séminaire autour de **3 disciplines essentielles** :

- Les pratiques de Pleine Conscience (Mindfulness) et les neurosciences,
- L'Intelligence émotionnelle et relationnelle,
- La Vision,

L'objectif est de pouvoir développer et incarner un leadership inspirant, qui intègre également le développement durable.

Ces 3 disciplines apportent clarté, paix et alignement intérieurs, tournés vers des buts inspirants pour sa vie, et pour le monde.

En effet, ce travail personnel s'inscrit bien sûr dans le contexte économique et environnemental global, de la 4^e révolution industrielle et des défis écologiques planétaires.

Chacun peut apporter une plus juste contribution à la société dans ce monde où tout est interdépendant et relié, et dans lequel chacun est en recherche de sens et d'aligner ses valeurs et ses actes au quotidien.

Ce séminaire permet à chacun de réfléchir à comment agir en tant que personne ou leader responsable.

1. Objectifs

- Augmenter sa présence et sa lucidité, sa conscience
- Avoir une vision personnelle et professionnelle claire et incarnée par des choix, des actes et des comportements.
- Développer son intelligence émotionnelle, sa capacité d'auto-compassion et son empathie et sa compassion pour les autres,
- Manager à l'aide des neurosciences
- Devenir un leader inspirant,
- Réconcilier vie économique, développement durable, sens et valeurs.

2. Public

Ouvert à tous : managers, leaders, dirigeants, chefs de projets, et toute personne qui souhaite aligner sa vie et ses valeurs pour incarner une vision inspirante.

3. Programme

Ce programme de 2 séminaires de 3 jours (Module I + Module II) allie des pratiques de Mindfulness (Pleine Conscience), de Vision, de développement de l'Intelligence Emotionnelle basée sur les dernières recherches en Neurosciences. Nous alternons entre temps d'enseignement et de pratique, la part belle étant faite à l'expérience. La forme intensive en résidentiel permet à chacun de découvrir et/ou développer, à travers son expérience directe, des pratiques inspirantes directement applicables à la vie quotidienne.

4. Déroulement

- Test d'Intelligence Emotionnelle, et travail de développement de l'Intelligence Emotionnelle.
- Méditations guidées, et exercices de Pleine Conscience.
- Travail de vision personnelle
- Temps d'enseignement et de Q/R

5. Dates, Horaires et Lieu

Séminaire résidentiel, horaires 7h00 - 21h00, avec des périodes de silence.

Accueil à l'hôtel entre 17h et 19h le 1^{er} jour, Crêt-Bérard, Chemin de la Chapelle 19a CH-1070 Puidoux.
Téléphone : +41 (0)21 946 03 60, www.cret-berard.ch

Le séminaire se déroule sur les hauts de Lausanne dans un lieu unique, au cœur de la campagne et en bordure de forêt. Les excellents repas sont faits à partir de produits frais.

19h00 : Dîner

20h30 : Présentation du séminaire et présentation des participants.

3 journées intensives, en salle jusqu'à 21h00.

Fin du séminaire, le vendredi à 16h00.

6. Budget et Règlement

Budget du module de 3 jours intensifs : 2850 €

+ hébergement en chambre individuelle (comprenant 3 nuits, 3 dîners, 3 déjeuners et 3 petit déjeuners, les pauses et les frais de salle) : 700 €.

Le règlement du séminaire est à effectuer à l'ordre de Stand Up For Your Dreams, et à retourner au 9 square la fontaine, F-69410 Champagne, France.

6. Renseignements

Emmanuel MAULET	emmanuel.maulet@standupforyourdreams.com	0689299748
Aurélien GILLON	aurelie.gillon@standupforyourdreams.com	0615236296

7. Enseignants

Emmanuel MAULET

Emmanuel offre une vue différente sur les sujets classiques du développement du leadership, de la dynamique des changements individuels et des organisations et sur la réussite des équipes. Il apporte sa triple expérience du monde des entreprises, du sport de haut niveau, et sa pratique de la pleine conscience.



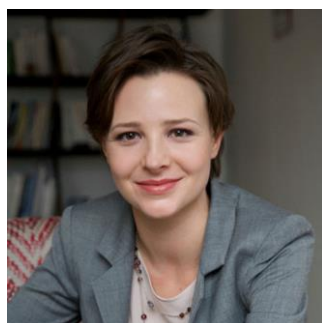
Après avoir managé dès l'âge de 25 ans des équipes en PME, Emmanuel a accompagné les changements au sein de groupes hollandais (Fedex) ou suédois (VOLVO AB). Il a ensuite créé avec la direction générale de BioMérieux, l'université d'entreprise interne et dispensé les premiers séminaires de leadership, les premiers team building et les coachings internes à partir de 2006.

Puis, en 2009, il a créé Stand Up For Your Dreams et est aujourd'hui coach et consultant, formé et certifié à de nombreuses approches de la psychologie et de la performance collective. Il travaille avec une équipe d'experts qui ont l'expérience internationale, la passion de l'excellence et des hommes. Ensemble, ils conçoivent et animent des séminaires exceptionnels sur le leadership et le changement, dont l'innovation et la performance durable sont la signature. Il a accompagné de nombreuses directions générales de grands groupes et de PME.

Il poursuit depuis 2011 son développement dans le champ de la Mindfulness, et est titulaire depuis 2016 du Diplôme Universitaire en Médecine, Méditation et Neurosciences de la faculté de Médecine de Strasbourg. Il est formé au programme MBSR selon le cursus du CFM University of Massachusetts Medical School de Jon Kabat Zinn, dont il est instructeur officiellement certifié. Il est aussi formé et habilité au programme MBCT par Z.Segal, et L.Bizzini, fondateurs du programme de prévention de la rechute dépressive basée sur la pleine conscience par l'ASPCo (Association Suisse de Psychothérapie cognitive) et au programme de Stanford « Cultivating

Compassion for Care ». Il a été formé pendant 4 années par Marshall Rosenberg à la psychologie comportementale et à la Communication Non Violente.

Aurélié GILLON



Après un double cursus à HEC et à l'ENS Ulm, Aurélié a managé des équipes et dirigé une start-up, puis, passionnée par l'humain, elle se forme comme psychologue clinicienne et coach de dirigeants.

Pratiquant la méditation depuis plus de 15 ans, elle est également instructrice certifiée en Méditation de Pleine Conscience (formée à la MBSR à l'Université de Brown ; à la MBCT par Z.Segal, et L.Bizzini, fondateurs du programme ; à la CCT à l'Université de Stanford).

Aurélié Gillon propose le coaching, individuel ou d'équipe, comme un acte de transformation intérieure : en ajustant les actions, les alignant avec les valeurs et les sens, elle permet aux leaders et aux équipes de direction avec qui elle travaille d'entrer en contact avec leur profonde humanité, et développer ainsi leur plein potentiel. Forte d'un robuste socle intellectuel occidental, de ses expériences en entreprise et de son vécu des traditions contemplatives orientales, elle noue un partenariat qui permet un travail en profondeur aussi bien au niveau individuel que collectif, jusqu'à impacter l'entreprise et l'organisation.

Chercheuse, enseignante à l'université Paris VIII, conférencière, elle diffuse les protocoles de Pleine Conscience au sein des hôpitaux et des entreprises, pour lesquelles elle a créé avec Emmanuel MAULET le programme spécifique MB WORK[®] : Vivre et Travailler en Pleine Conscience.

L'ensemble des actions développées par Stand Up For Your Dreams vise à apporter une contribution pour un monde de paix.

Inscription
Dates retenues

Dates :

Renseignements Participant :

Prénom : Nom
: Age :
Téléphone : Email
:
Profession
/Activité :
.....

Comment avez-vous eu connaissance du programme et/ou des intervenants ?
.....
.....
.....
.....

Quelles sont vos 3 principales motivations pour suivre ce programme ?
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Que souhaitez-vous travailler et quels bénéfices voulez-vous en retirer ?.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Autre(s) information(s) que vous souhaitez communiquer :
.....
.....
.....
.....
.....