



# MANAGEMENT ETHIQUE ET RESSOURCEMENT

## *Rester droit dans la tourmente*

Pression, stress, burn-out. Les directions et managers ne sont pas épargnés, même si cela se dit peu... Ce séminaire vous invite à gagner du temps et de la performance en réinvestissant dans l'essentiel : **Vous et l'humanité que vous représentez**. Laissez vous accompagner et surprendre, tout au long de ce séminaire créé pour **prendre soin de vous** et, au-delà, **prendre soin de ceux dont vous avez la responsabilité**.

## À QUI S'ADRESSE CE SÉMINAIRE M.E.R ?

À tous les chefs d'entreprises, cadres dirigeants, managers, femmes et hommes de responsabilité qui ont conscience que tout va très vite et qu'il est essentiel de rester « droit dans la tourmente », pour soi, les siens, ses équipes, son entreprise.

## OBJECTIFS

Un séminaire essentiel pour :

- **Se ressourcer**, se poser, prendre du recul.
- **Partager** une dynamique d'évolution.
- **Redonner du sens** à ses actions.

## PROGRAMME

### MANAGEMENT DE SOI

- Mieux se connaître pour devenir plus conscient et donc plus libre.
- Se libérer des tensions et du stress par des pratiques psychocorporelles et énergétiques simples et efficaces.
- Développer l'éthique en soi pour reprendre contact avec l'essentiel.

### MANAGEMENT DES AUTRES

- Transmettre l'éthique autour de soi pour un management de qualité.
- Gagner en sérénité et en lucidité pour prendre de bonnes décisions.
- Créer des espaces relationnels de qualité.
- Donner du sens à ses actions et savoir le partager.

## CO-ANIMATION

**Marie-Claude Ayensa**, médiatrice en entreprise, coach et formatrice, auteure de « Souffrance au travail, l'urgence d'une médiation vivante » (A2C Médias).

**Christophe Barrault**, professeur de Yoga et praticien en énergétique.

## ORGANISATION

Séminaire inter-entreprises  
non résidentiel de deux jours,

**les 13 et 14 juin 2013** (14 h)

Lieu : Pôle d'activités de la Pile  
269, av. Jean Monnet  
13760 Saint Cannat



Prix par personne pour les deux  
jours : 1100 € HT  
(pauses et déjeuners compris)

**Prise en charge au titre de la  
Formation Continue ou du DIF.**

## INSCRIPTIONS

Marie-Claude Ayensa  
06 15 90 04 46

mc.ayensa@sterea-mediation.com  
www.sterea-mediation.com

