



Atelier en présentiel YOGA & MANAGEMENT

La richesse du Yoga au service du manager

Durée 1h30

Cet atelier est pour toi si tu souhaites développer :

- Ta résilience et ton dynamisme
- Ta créativité et ta capacité de communication
- Ta sérénité, ton empathie et ton leadership

L'objectif est de te permettre :

- De démystifier et clarifier ce qu'est le Yoga
- De maîtriser quelques pratiques simples issues du Yoga à utiliser en tant que manager
- De savoir comment les associer à des méthodes de management pour développer tes capacités managériales et ton leadership
- De connaître des moyens d'intégrer le Yoga dans ta vie
- De vivre un moment ressourçant



Modalités :

- Cet atelier est ouvert à des personnes de tout âge
- Aucune expérience de la pratique du Yoga est nécessaire
- La pratique du Yoga se limite à de courts exercices assis
- Pas de limite de nombre de participants

Cet atelier est animé par Didier Douziech :



Didier a dirigé une dizaine de PME et a occupé des fonctions de cadre dirigeant dans des contextes multiculturels et des environnements très variés : start-up, PME, ETI et grands groupes internationaux. Il a aussi fondé et présidé plusieurs entreprises et associations de managers indépendants.

Son expérience de **18 années de direction de transition à Impact**, consistant à alterner formations personnelles à des méthodes de management et mises en œuvre dans des contextes très exigeants, ainsi que sa **pratique du Yoga depuis les années 80 et de l'enseignement de cette discipline depuis 2021**, lui ont permis de mettre au point un mode de management développant la résilience des managers et leur savoir être et savoir-faire au service d'une performance globale des organisations.

Didier est Ingénieur **Arts & Métiers Paris Tech**, a suivi l'Advanced Management Programme de l'**INSEAD** et est certifié de l'école **Nataraj Sadhana Yoga Studies**.

Autre format :

Didier anime aussi des séminaires Yoga & Management de 2 jours, alternant séances de yoga, marche dans la nature et enseignements de management sous forme participative, sur un thème à choisir : prévention des risques psycho-sociaux, développement du leadership, amélioration du travail en équipe, conduite du changement, évolution de la culture d'entreprise, ...

Plus d'informations, témoignages de participants et prise de contact sur

www.impact-positif.com