

Efficacité Professionnelle

Les extraordinaires pouvoirs du corps humain

Le saviez-vous ?

On pensait jusqu'à récemment qu'à l'âge adulte il était trop tard pour poursuivre le développement du cerveau, mais on constate qu'on continue d'évoluer. C'est une des lois de la neuroprotection : une réserve de cellules peut être utilisée pour remplacer celles qui ont été abîmées par un accident. Après les accidents vasculaires ou cérébraux, ce réservoir de cellules conditionne notre capacité à récupérer et à développer des cellules beaucoup plus actives que d'autres. Si certains récupèrent mieux que d'autres, c'est parce que leur capacité à puiser dans leur réservoir de cellules est supérieure. Propos de Michel Dib

Public

Artisans
Commerçants
Professions libérales

Dates

Lundi 14 et
mardi 15 décembre
2 journées
de 9h15 à 17h30

Lieu

OGA Atlantic
57 Acti-Nord Beaupuy 3
La Gîte
Mouilleron-Le-Captif

Conditions

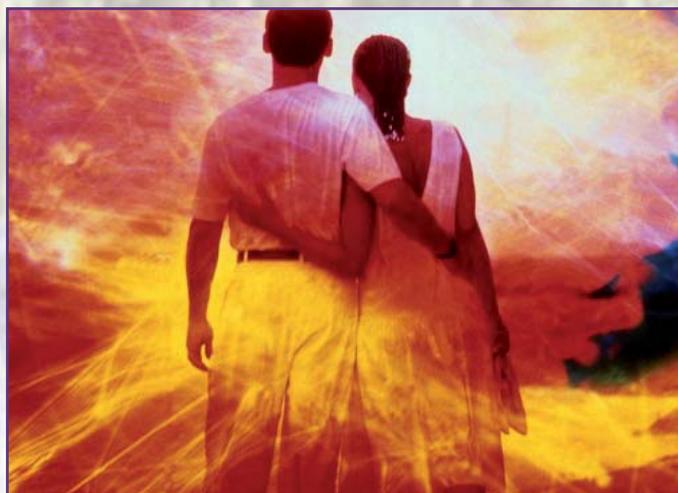
Prix : 96 € TTC
Déjeuners compris

Animation

Jean-Pierre Marrigues
SIRIA Consultants

Objectifs

- Découvrir les secrets du corps humain et comprendre comment les mettre au service de la vie quotidienne et professionnelle.
- Acquérir les outils indispensables afin de mieux gérer ses pensées et émotions pour être plus à l'écoute de sa vie professionnelle.



Programme

- D'où vient l'intelligence humaine ?
- Les pouvoirs de la conscience.
- Prendre le pouvoir sur votre corps : l'impact de l'activité physique, méditation, sommeil, alimentation, optimisme.
- Découvrir les 7 facteurs pour fortifier le cerveau.
- Comprendre et dynamiser votre corps pour un mieux-être.
- Vivre en expériences (exercices et ateliers de réflexion) un voyage fascinant qui va bousculer les habitudes et améliorer la perception de chaque instant.

Retraite, en route pour une nouvelle vie

Les secteurs d'activité les plus touchés devraient être ceux des services aux personnes et collectivités, avec plus d'un million de départs prévus. La gestion et l'administration des entreprises (cadres, techniciens et employés des services administratifs, comptables et financiers, secrétaires) compteraient 800 000 départs, de même que l'ensemble "administration publique, professions juridiques, armées et police". Le domaine "santé, action sociale, culturelle et sportive" compterait environ 700 000 départs, comme celui du commerce. .../...