



Recherche



La Chartreuse de Bignac

LE LEADER INSPIRE 01 - 05 AVRIL 2019

Publié le 3 décembre 2018

**Alexandra De La Cruz**Directrice et Fondatrice d'aéa solutions -
Experte en bien-être au travail

5 articles

✓ Suivi

Une semaine d'approfondissement pour les leaders qui savent que, par la présence, l'alignement et l'intelligence émotionnelle, ils emmènent leurs équipes et leurs entreprises vers d'autres sommets.

Objectifs :

- **prendre du temps** dans un endroit propice, pour partager ses réflexions en tant que dirigeant, sur les changements animant le monde du travail.
- **vivre le leadership** plutôt qu'en apprendre les fondements
- **développer ses compétences** en : intelligence émotionnelle, prise de recul, développement de ses équipes
- **se voir** au travers des autres pour mieux se comprendre et se développer
- **apprivoiser le stress et la peur**, se libérer de ses aspects négatifs pour en faire des outils qui dynamisent
- **se libérer du mental** pour pouvoir se connecter à son propre potentiel
- **trouver du sens** : relier vision, valeurs et ressenties pour identifier et s'approprier sa propre vocation

Une retraite pour contribuer à **son propre développement, au bien-être de ses équipes et au développement de son entreprise**

J'aime Commenter Partager



Messagerie





Recherche



relaxation) le biofeedback (techniques pour modifier son activité physiologique), l'intelligence émotionnelle, l'intelligence non-violente et efficace, la gestion mentale... pour développer votre énergie dans le but de vous révéler en tant que **leader inspiré**

Au menu :

Des moments en individuel et des moments en collectivité

Des moments de réflexion et des moments d'action

Des moments d'apprentissage et des moments ludiques

Tarif 2260 € HT comprenant l'accompagnement, les activités et les supports d'abonnement à Medit'Solutions. L'hébergement en pension complète à Bignac, où un accueil de grande qualité vous attend : 885,00 € www.aea-solutions.com

Pour plus d'informations : alexandra@aea-solutions.com

Tél : 0559128137 ou 0682972477

Site : www.aea-solutions.com

ATTENTION : nombre de places très limité ! Groupes de 6 personnes maximum !

[Signaler ceci](#)

Publié par



Alexandra De La Cruz

Directrice et Fondatrice d'aea solutions - Experte en bien-être au travail
Publié • 1 an

5 articles

[✓ Suivi](#)

Réactions



0 commentaire



Ajouter un commentaire...



Alexandra De La Cruz

Directrice et Fondatrice d'aea solutions - Experte en bien-être au travail

[✓ Suivi](#)



Messagerie



- Méditation : Savoir pratiquer la pleine conscience nous rend heureux !

Alexandra De La Cruz sur LinkedIn
- THE INSIGHTFUL LEADER

Alexandra De La Cruz sur LinkedIn
- LE LEADER INSPIRE 15- 19 OCT 2018

Alexandra De La Cruz sur LinkedIn
- DCTC

LinkedIn

[Voir les 5 articles](#)

