



ÉNERGIE & IMPACT

Conférence *Déploiement collectif*

🕒 1h30



Formations - Séminaires - Conférences - Conventions - Événements - Forums

Pourquoi cette conférence ?

- Transposition de l'atelier d'Arts martiaux « Énergie & Impact » que nous animons depuis 10 ans dans les entreprises, cette conférence a pour but de montrer et faire ressentir le lien entre la gestion de son énergie personnelle interne et la gestion des actions externes (quelle que soit sa fonction, son métier).
- Les Arts martiaux nous enseignent une meilleure maîtrise de son énergie et de son impact personnel : notion de flux d'énergie/ fluidité, présence, flexibilité, concentration, écoute, créativité, puissance, présence, affirmation de soi...
- La conférence alterne des séquences de présentations de concepts issus des arts martiaux et de démonstrations réalisées avec 1, 2 ou tous les participants...
- Elle aborde les fondamentaux des arts martiaux, regardant la relation comme un art, un mouvement subtil entre 2 ou plusieurs personnes qui se joue tout autant dans sa forme énergétique que dans son contenu.

Quelques repères et apports de la conférence

- Brève histoire des arts martiaux.
- 7 valeurs du Kung Fu et leurs applications en entreprise.
- Comment travailler sur les postures mentales, relationnelles et corporelles, à la lumière de cet "Art de Vie, Art de Guerre » au service de l'harmonie.
- La notion d'énergie dans les arts martiaux. L'ancrage, la flexibilité
- les 4 stratégies de confrontation.
- Duel aux bâtons : la conscience de son énergie dans la communication.
- Quelles conditions pour accélérer des échanges et des transactions, l'adaptation...
- La fluidité dans les relations, la gestion des « poussées psychologiques" dans des échanges de points de vue, projets...
- Des exercices de gestion de son énergie empruntés au Tai chi et Qi Gong.
- Manager les énergies de ses équipes.

Conférence animée par Patrick Moreau et Daniel Herroin, (Plusieurs fois champion de France, Europe et vainqueur de coupe du monde de Kung Fu, entraîneur des équipes de France de Kung Fu pendant 20 ans)



Patrick Moreau

parcours transformatifs

+33 6 30 71 95 03

p.moreau@quaema.fr

www.quaema.fr