



LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL DES ENTREPRENEURS AUTONOMES

Le Bien-être au travail : de l'individu au collectif.

Des contenus inspirants, une mallette d'informations et des outils pour mieux identifier sa qualité et son bien-être au travail comme entrepreneurs et dirigeants. Une occasion d'en savoir plus sur ce qui nous fait du bien ou nous ralentit dans notre vie professionnelle et les manières de prendre soin de nous et des personnes avec qui l'on travaille !

Une journée de conférences pour les entrepreneurs autonomes, entrepreneurs-salariés-associés et membres de collectifs professionnels, pour apprendre et échanger avec 4 experts !

Le 22 janvier 2020 de 9h30 à 18h00

À l'auditorium de l'hôtel de ville de Paris

L'individu dans le collectif :

Rébecca SHANKLAND- La psychologie positive dans le cadre professionnel

Alice VIVIAN - Ralentir ! où les méthodes pour un meilleur quotidien professionnel

Du cadre collectif à l'individu :

Christian ALLIES – Le Bien-être et la Santé du Dirigeant

Vincent AVANZI - Le point Génial ! Être un Leader engagés et responsable !

2 séances de dédicace ponctueront cette journée avec les ouvrages de Rébecca Shankland et Vincent Avanzi.



Cette journée professionnelle est organisée dans le cadre du parcours de formations des entrepreneurs-salariés culturels du collectif de la CAE CLARA & CLARAbis et ouverte aux collectifs, groupes et professionnels qui s'interrogent sur ces notions ; aux entrepreneurs indépendants, professionnels du secteurs culturels et/ou formateurs et consultants ou partenaires qui souhaiteraient venir bénéficier de ces conférences animées par 4 experts.

Le bien-être au travail, une recherche quotidienne pour notre vie de professionnel mais aussi d'entrepreneur. Le Bien-être dans les décisions que l'on prend, nos engagements où ce qui nous est imposé.

Le bien-être, un but ultime ou une recherche au quotidien pour certains. **Tout ce qui influence notre environnement de vie nous impact.** Comment mieux maîtriser, comprendre et vivre ce qui nous un meilleur quotidien professionnel avec nos responsabilités d'entrepreneur. Comment devenir l'acteur et le moteur de notre bien-être au travail ? et comment procurer aux autres des situations professionnelles confortables afin de vivre une cohésion dans l'organisation et les relations ?

Ce sont une partie des raisons qui ont permis de construire le programme de cette journée, comment aller de l'avant et rester motivé ?

Employés ou dirigeants, entrepreneurs, ou salariés, le quotidien de nos vies professionnelles est fait d'aléas, de changements, de décisions, de rapidité, de réponses et d'organisation.

Et si c'était notre choix ? Si nous étions en train de créer cette vie sous pression et que nous aimions cela ? Organiser notre vie professionnelle en fonction de nos attentes, est le facteur pour l'accepter et ne pas la subir. Entrepreneurs avant tout il nous faut pouvoir adapter cette question à notre organisation et partager avec les autres membres de notre/nos communautés, nos clients et partenaires pour créer une cohésion des pratiques. **Afin de comprendre comment agir sur notre qualité de vie au travail, ce que nous décidons et comment faire avec les réalités de notre environnement, cette 2^{eme} journée professionnelle traitera des différents axes de la qualité de vie au travail, nous aborderons, le 22 Janvier 2020, ces questions sous les axes psychologiques, scientifiques, du leadership et du bien-être en allant de l'individu au collectif, de l'individu dans le collectif et du collectif vers l'individuel.**

Ainsi doté de nouveaux savoirs et de quelques outils nous pourrons aborder un avenir professionnel plein de sens, de responsabilités et de consciences de nos choix et de nos comportements professionnels et pour les autres.

Nous pourrons organiser nos choix pour l'avenir de nos métiers et de nos collaborations !

PROGRAMME DETAILLÉ DU 22 JANVIER 2020

9h00 : Accueil café

9h30 : Présentation de la journée

L'individu dans le collectif :

9h45 : Rébecca SHANKLAND (Dr à l'Université de Grenoble) – LA PSYCHOLOGIE POSITIVE DANS LE CADRE PROFESSIONNEL + séance de dédicace de son dernier ouvrage

11h45 : Alice VIVIAN (Cabinet MOJOM) – RALENTIR ! OU LES MÉTHODES POUR UN MEILLEUR QUOTIDIEN PROFESSIONNEL

Du cadre collectif à l'individu :

14h30 : Christian ALLIES (ARACT IDF) – LE BIEN-ÊTRE ET LA SANTÉ DU DIRIGEANT

16h30 : Vincent AVANZI (Poète d'entreprise) - LE POINT GÉNIAL ! ÊTRE UN LEADER ENGAGÉ ET RESPONSABLE ! + séance de dédicace de son dernier ouvrage

18h00 : Cocktail de fin de journée !

Organisation de l'évènement : myriam.favre@cae.clara.fr



CAE CLARA

CONTACT@CAE-CLARA.FR

WWW.CAE-CLARA.FR

01 77 72 30 30