



**Investissez dans ce qui est le plus important pour votre entreprise : VOUS !**

**REJOIGNEZ « TAO-DIRIGEANTS »**

**UN GROUPE *spécial* DE PRATIQUE POUR DIRIGEANTS ET MANAGERS**

La CCI de Caen propose  
un **programme saisonnier 2011-2012** de pratique de **gymnastique énergétique taoïste** avec applications pragmatiques dans «**l'art de gouverner**» votre entreprise et vos équipes par :

*SurfOnChange*

*Jean-Michel BOSCHER* pratique les arts traditionnels orientaux depuis 25 ans. Il a appliqué avec succès pendant 15 ans les techniques du Tao dans ses fonctions de commercial et de manager en entreprise.

*Sophie VOLATIER* diplômée d'un DESS en Finances et d'un CESA de Coaching HEC, enseigne et pratique le Qi Gong depuis 7 ans.

**Le mardi de 8h à 9h ou  
le jeudi de 12h30 à 13h30  
à la CCI de CAEN**

Horaires étudiés pour concilier ces séances avec vos impératifs quotidiens  
Rattrapage possible d'une séance du mardi par celle du jeudi de la même semaine (et inversement)  
(Calendrier page 2)

Un rendez-vous hebdomadaire convivial privilégié pour retirer les bénéfices personnels et professionnels suivants :

- Cultiver son équilibre, son centrage, sa force intérieure
- Réduire ses tensions physiques (dos, articulations)
- Renforcer son tonus général, son dynamisme, la qualité de son sommeil, sa souplesse
- Favoriser son imperméabilité au stress (peu de prise aux perturbations extérieures)
- Prendre du recul (physiquement, mentalement, affectivement)



Groupe restreint – nombre de places limitées

Inscrivez-vous vite par mail à [epapillon@caen.cci.fr](mailto:epapillon@caen.cci.fr)



## Spécificités saisonnières en terme de pratique et d'applications à « l'art de gouverner » :

### Saison Automne :

- Faire des choix avec justesse, savoir trancher et gérer la séparation
- Cultiver la notion de place : votre légitimité de dirigeant, la place de vos collaborateurs
- Conforter la bienveillance et la reconnaissance : prendre soin de vous et de vos équipes
- Harmoniser votre relation masculin/féminin

#### Calendrier :

*mardis 8h à 9h, les 13, 20, 27 septembre ; 4, 11, 18 octobre et 8, 15 et 22 novembre (9 séances)*

*jeudis 12h30 à 13h30, les 15, 22, 29 septembre ; 6, 13, 20 octobre et 10, 17, 24 novembre (9 séances)*

### Saison Hiver :

- Affermir votre force, votre volonté et votre persévérance
- Structurer et sécuriser votre entreprise, votre organisation
- Collecter des informations sur la concurrence
- Communiquer (expressivité, voix, éloquence, écouter, entendre)

#### Calendrier :

*mardis 8h à 9h, les 29 novembre ; 6, 13 décembre ; 3, 10, 17, 24, 31 janvier et 7 février (9 séances)*

*jeudis 12h30 à 13h30, : les 1<sup>er</sup>, 8 et 15 décembre ; 5, 12, 19, 26 janvier et 2, 9 février (9 séances)*

### Saison Printemps :

- Développer votre stratégie managériale
- Affirmer vos positions (savoir camper sur vos positions et affermir votre posture)
- Faciliter votre gestion du contact (juste distance, respect, tensions et rapports de force)
- Favoriser vos mouvements, vos actions et développer votre créativité

#### Calendrier :

*mardis 8h à 9h, les 28 février ; 6, 13, 20, 27 mars et 3, 24 avril (7 séances)*

*jeudis 12h30 à 13h30, : les 1<sup>er</sup>, 8, 15, 22, 29 mars ; 5, 26 avril et 3 mai (8 séances)*

### Saison Été :

- Identifier et manifester vos idéaux et les valeurs de votre entreprise
- Encourager la réalisation et l'accomplissement de soi
- Être inspiré et inspirer vos collaborateurs
- Cultiver la satisfaction, la jubilation, l'humour en vous et dans votre entreprise

#### Calendrier :

*mardis 8h à 9h, les 15, 22, 29 mai ; 5, 12, 19, 26 juin et 3 juillet (8 séances)*

*jeudis 12h30 à 13h30, : les 24, 31 mai ; 7, 14, 21, 28 juin et 5 juillet (7 séances)*

**L'année complète** Tao Dirigeants 2011-2012 (4 saisons) - mardi ou jeudi - **660 € HT les 33 séances**

Saison **Automne** Tao Dirigeants – mardi ou jeudi – **180 € HT les 9 séances**

Saison **Hiver** Tao Dirigeants – mardi ou jeudi – **180 € HT les 9 séances**

Saisons **Printemps** Tao Dirigeants -mardi – **140 € HT les 7 séances** et jeudi **160 € HT les 8 séances**

Saison **Été** Tao Dirigeants -mardi **160 € HT les 8 séances** ou jeudi – **140 € HT les 7 séances**