

(PARENTHÈSE)

PENSER · PRENDRE SOIN DE SOI · APPRENDRE · AGIR MIEUX

- Un programme de formation et de codéveloppement
- Dédié aux dirigeants d'entreprises et d'organisations
- Six rendez-vous par an
- Un site exceptionnel : la Chartreuse de Neuville



(PARENTHÈSE)

SOMMAIRE

- 5 PRÉSENTATION
- 6 LE CONTENU
- 7 LE FORMAT
- 8 LES 6 RENDEZ-VOUS
- 14 LES FORMATEURS
- 15 LES INTERVENANTS INSPIRANTS
- 18 LES INFORMATIONS PRATIQUES



PENSER
PRENDRE SOIN DE SOI
APPRENDRE
AGIR MIEUX

La Fabrique d'expériences

(Agir)

" Entre acteurs différents,
accueillir, débattre
et créer les futurs possibles "

Rebondir

Guidé(e) par une coach, trouver les ressources pour avoir la capacité de rebondir, de s'adapter, de se dépasser pour conduire le changement au sein de votre entreprise.

Se développer

Avec d'autres chefs d'entreprise, vous participerez à des séances de co-développement pour trouver des solutions à vos problématiques les plus complexes. Grâce à la méthodologie Syscodev, centrée sur l'intelligence collective, vous développerez votre capacité relationnelle, votre écoute, l'art du questionnement stratégique au service d'une plus grande efficacité opérationnelle.

Manager avec sens et agilité

Dans ce contexte de mutation permanente, la qualité du management est le facteur le plus décisif pour générer motivation et performance. Trouver les bons appuis managériaux pour se consacrer au développement de son entreprise. Donner du sens à ses équipes : partager les enjeux, expliquer les décisions, favoriser l'entraide et l'apport de chacun, attirer et conserver les talents.

Le Lieu ressource

(Penser)

" S'extraire de l'agitation,
cultiver son jardin
et prendre un temps pour soi "

Se reconnecter à ses valeurs

Dans ce lieu inspirant qu'est la Chartreuse de Neuville, s'extraire du quotidien, laisser de la place pour la réflexion, travailler sur votre vision, votre mission, sans laisser de côté les valeurs qui vous animent le plus.

S'extraire de l'agitation

Six rendez-vous par an de 24h chacun, dans un lieu unique et inspirant, un réel pas de côté dans votre emploi du temps.

Prendre soin de Soi

Être guidé(e) pour mettre en place une discipline du mieux-être au quotidien, en pratiquant notamment les outils du Yoga (étirements, respirations, détentes), de la méditation et en adaptant ses habitudes alimentaires.

S'évader le temps d'une parenthèse

Découvrir lors de chaque rendez-vous une nouvelle compétence, un nouvel intervenant ou une nouvelle activité en fonction de vos besoins, et se laisser surprendre !



LE CONTENU D'UNE PARENTHÈSE DE 24H

● Objectifs pédagogiques :

- Accompagner la prise de conscience : de l'importance de prendre soin de soi, d'être inspiré et de s'ouvrir aux autres pour mieux piloter son entreprise et accompagner ses équipes ;
- Apprendre à mettre en place des routines pour améliorer sa qualité de présence aux autres, gérer son stress et mieux appréhender les enjeux stratégiques et du quotidien ;
- Maîtriser les outils de la communication et de l'échange, ainsi que ceux de la conduite de changement ;
- Expérimenter et apprendre les techniques du codéveloppement entre pairs pour développer l'intelligence collective au sein de l'entreprise.

● Pré-requis :

- Tout dirigeant ou manager d'entreprise et d'organisation, en activité.

● Modalités pédagogiques :

- Pédagogie interactive, fondée sur des cas concrets proposés par les participants ;
- Apports théoriques et mise en pratique des outils de PNL, de communication non violente et de techniques de codéveloppement (Syscodev) ;
- Expérimentation de pratiques de relaxation et de respiration ;
- Intervention de conférenciers inspirants.

● Modalités d'évaluation :

- Évaluation comparative des acquis avant la formation et à l'issue de la formation ;
- Utilisation de l'outil d'évaluation MATA à la fin de chaque Parenthèse.

LE FORMAT

- Des groupes composés de 10 dirigeant(e)s d'entreprises et d'organisations maximum, provenant d'horizons différents
- Six rendez-vous par an (une arrivée le jeudi à 18h, un départ le lendemain, vendredi, à 18h, avec une nuit sur place)
- Un programme qui guide et suit les participants pendant une année, supervision possible une deuxième année
- Des formateurs reconnus et diplômés :
 - Coach certifiée
 - Enseignant de Hatha Yoga & méditation
- Des témoignages inspirants à chaque rendez-vous :
 - Philosophes
 - Dirigeants d'entreprises ou d'organisations
 - Religieux
 - Entrepreneurs
- Des temps et activités de ressourcement

(PARENTHÈSE 1 (

Jour J

- 17h45 Rendez-vous à la Chartreuse de Neuville
- 18h - 19h Temps de pause - Hatha Yoga & relaxation
- 19h - 20h30 Intervenant inspirant - Bernard Lévêque
Le codéveloppement Syscodev, l'art du questionnement stratégique en entreprise
- 20h45 - 22h Dîner

J+1

- 7h30 - 8h15 Prendre soin de soi - Routine du matin (Yoga & Respiration)
- 8h15 - 9h Petit-déjeuner sain & énergétique
- 9h - 10h30 Parenthèse - Visite de la Chartreuse de Neuville
Le monde change, l'Humain demeure sous l'angle de la vision, de la résilience et du management agile, Alexia Noyon
- 10h30 - 12h30 Pédagogie - *Présentation des niveaux logiques de Gregory Bateson et de Robert Dilts en s'appuyant sur le témoignage d'Alexia Noyon*
- 12h30 - 13h30 Déjeuner & intervention nutrition-santé
- 13h30 - 15h30 Pédagogie - Travail sur l'alignement de vos propres niveaux logiques
Codéveloppement Syscodev -
- 15h30 - 17h40 Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 17h40 - 18h MATA - Évaluation de la journée et engagement de chacun

(PARENTHÈSE 2 (

Jour J

- 17h45 Rendez-vous à la Chartreuse de Neuville
- 18h · 19h Temps de pause · Hatha Yoga & relaxation
- 19h · 20h30 Intervenants inspirants · Eugénie Duthilleul & Stéphane Watré
IA générative : enjeux et perspectives
- 20h45 · 22h Dîner

J+1

- 7h30 · 8h15 Prendre soin de soi · Routine du matin (Yoga & Respiration)
- 8h15 · 9h Petit-déjeuner sain & énergétique
- 9h · 10h30 Expérimenter & ressentir · Le spaciement
Marcher, méditer, présentation et mise en pratique du mémoire de Sébastien Devin
- 10h30 · 12h30 Pédagogie · Apprentissage d'un outil de conduite de changement issu de la PNL : le SCORE
- 12h30 · 13h30 Déjeuner
- 13h30 · 17h40 Codéveloppement Syscodev ·
Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 17h40 · 18h MATA · Évaluation de la journée et engagement de chacun

(PARENTHÈSE 3 (

Jour J

- 17h45 Rendez-vous à la Chartreuse de Neuville
- 18h · 19h Temps de pause · Hatha Yoga & relaxation
- 19h · 20h30 Intervenant inspirant · Thomas Thumerelle
Entreprise libérée et management collaboratif
- 20h45 · 22h Dîner

J+1

- 7h30 · 8h15 Prendre soin de soi · Routine du matin (Yoga & Respiration)
- 8h15 · 9h Petit-déjeuner sain & énergétique
- 9h · 10h30 Expérimenter & ressentir
Le pouvoir de l'instant présent, obtenir plus de clarté mentale, présentation et mise en pratique
- 10h30 · 12h30 Pédagogie · Retour d'expérience sur la pratique de l'outil de changement SCORE
- 12h30 · 13h30 Déjeuner
- 13h30 · 17h40 Codéveloppement Syscodev
Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 17h40 · 18h MATA · Évaluation de la journée et engagement de chacun

(PARENTHÈSE 4)

Jour J

- 17h45 Rendez-vous à la Chartreuse de Neuville
- 18h - 19h Temps de pause • Hatha Yoga & relaxation
- 19h - 20h30 Intervenant inspirant • Xavier Pavie
Imaginer le monde de demain
- 20h45 - 22h Dîner

J+1

- 7h30 - 8h15 Prendre soin de soi • Routine du matin (Yoga & Respiration)
- 8h15 - 9h Petit-déjeuner sain & énergétique
- 9h - 10h30 Expérimenter & ressentir
- 10h30 - 12h30 Visite des jardins de la Chartreuse de Neuville sous l'angle
de la biodiversité, de la nutrition et de la santé, suivie d'un atelier cuisine
- 12h30 - 13h30 Pédagogie • *Comment dire les choses difficiles sans heurter l'autre,*
la communication non violente de Thomas d'Ansembourg
- 13h30 - 17h40 Déjeuner
- 17h40 - 18h Codéveloppement Syscodev
- 17h40 - 18h Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené
par un participant
- 17h40 - 18h MATA • Évaluation de la journée et engagement de chacun

(PARENTHÈSE 5 (

Jour J

- 17h45 Rendez-vous à la Chartreuse de Neuville
- 18h · 19h Temps de pause · Hatha Yoga & relaxation
- 19h · 20h30 Intervenant inspirant · Pierre Poidevin
La doctrine sociale de l'Eglise appliquée à l'entreprise
- 20h45 · 22h Dîner

J+1

- 7h30 · 8h15 Prendre soin de soi · Routine du matin (Yoga & Respiration)
- 8h15 · 9h Petit-déjeuner sain & énergétique · Expérimenter & ressentir
- 9h · 10h30 Pédagogie · Devenir animateur d'une séance de codéveloppement
- 10h30 · 12h30 Codéveloppement Syscodev · Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 12h30 · 13h30 Déjeuner
- 13h30 · 15h30 Pédagogie · Travail sur l'alignement de vos propres niveaux logiques
Codéveloppement Syscodev ·
- 15h30 · 17h40 Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 17h40 · 18h MATA · Évaluation de la journée et engagement de chacun

(PARENTHÈSE 6 (

Jour J

- 17h45 Rendez-vous à la Chartreuse de Neuville
- 18h · 19h Temps de pause · Hatha Yoga & relaxation
- 19h · 20h30 Intervenant inspirant · Yves Marre
Histoire d'un projet « impossible »
- 20h45 · 22h Dîner

J+1

- 7h30 · 8h15 Prendre soin de soi · Routine du matin (Yoga & Respiration)
- 8h15 · 9h Petit-déjeuner sain & énergétique
- 9h · 10h Activité surprise
- 10h · 12h30 Codéveloppement Syscodev
Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 12h30 · 13h30 Déjeuner
- 13h30 · 17h40 Codéveloppement Syscodev
Séance de codéveloppement sur un sujet réel et concret amené par un participant
- 17h40 · 18h MATA · Évaluation de la journée et engagement de chacun



Florence Levain

Cofondatrice de YUMANCO
Coach de dirigeants
et de managers
Codéveloppement SyscODEV

savoir

- Maîtriser les outils de base de la conduite de changement ;
- Développer la capacité relationnelle de chacun au service de l'efficacité opérationnelle ;
- Remettre du lien partout où cela est nécessaire dans l'entreprise ;
- Dénouer des situations conflictuelles ;
- Pratiquer une bienveillance impitoyable ;
- Soutenir et développer l'intelligence collective.



Sébastien Devin

Cofondateur de YUMANCO
Dirigeant
Enseignant de Hatha Yoga
et de méditation

être

- Comprendre et gérer les états internes, maîtriser ses émotions ;
- Mettre en place une routine quotidienne (physique, mentale, alimentaire ...), véritable appui pour votre performance de dirigeant ;
- S'inspirer du Yoga pour gérer une entreprise avec bienveillance et efficacité ;
- Trouver les ressources chaque jour pour avancer, garder la force de volonté, maintenir l'équilibre vie privée / travail / passion.



Alexia Noyon

Directrice générale
de l'Association de préfiguration
de la Fondation
Chartreuse de Neuville
Entrepreneure

agir

- S'adapter aux évolutions de contexte tout en maintenant sa vision ;
- Trouver les clés d'une capacité de résilience au long cours, en tant que dirigeant et pour ses équipes ;
- Manager en confiance et donner des perspectives en temps incertains et situations de fragilité ;
- Développer sens et agilité au sein des équipes ;
- Fédérer des partis prenantes d'horizons différents.



Eugénie Duthilleul

Consultante en stratégie d'entreprise
Formatrice en management
et développement personnel
Coach professionnelle, individuel et équipe
Dirigeante et Fondatrice de PERFORMANCE
PRO (Conseils RH et formation en entreprises)

& Stéphane Watré

Conférencier, formateur en IA Générative
Accompagnement des entrepreneurs à l'usage
de cette technologie
Dirigeant et Cofondateur d'ACCANTE
(Solutions en impression 3D).

IA Générative : enjeux et perspectives

- Comment exploiter ce moteur d'innovation et de performance dans un monde en mutation ?
- Comment en faire un usage responsable ?
- Découvrez des cas d'usage concrets, des solutions accessibles et les clés pour intégrer cette révolution dans votre stratégie d'entreprise.

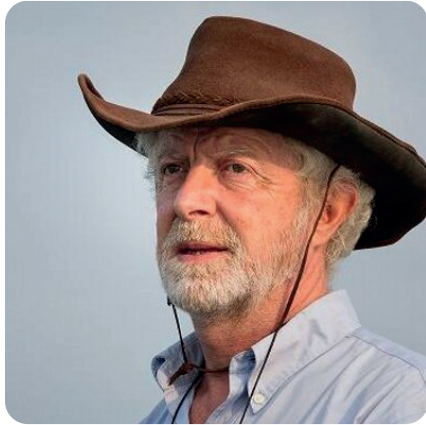


Bernard Lévêque

Président de Syscodev, méthodologie
innovante de Codéveloppement
Fondateur de Qreo (la Qualité Relationnelle
au service de L'Écologie Organisationnelle)
Coach de dirigeants, thérapeute
et conférencier
Enseignant à HEC, Paris-Dauphine
et à l'INSEP
Ex-Directeur du développement
de l'intelligence collective chez COVEA.

Le codéveloppement Syscodev

- Mettre la qualité relationnelle au cœur de l'excellence organisationnelle.
- Apprendre à apprendre ensemble plus vite que les concurrents.
- Favoriser l'émergence de l'intelligence collective par la mise en place d'un environnement approprié.
- Oser la bienveillance impitoyable.
- Favoriser la bio-diversité managériale et réhabiliter le collectif.



Yves Marre

Entrepreneur
Inventeur
Aventurier français
Cofondateur de l'ONG Friendship Bangladesh
et de l'association Watever/SEAtizen France,
Créateur du chantier naval TaraTari
au Bangladesh

Histoire d'un projet « impossible »

- . La force du projet - l'engagement.
- . Démarrer un projet sans en avoir toutes les clefs.
- . La conviction compense les moyens.
- . Fédérer une équipe, l'intelligence collective.
- . Durer dans l'adversité.
- . Réussir et transmettre.



Xavier Pavie

Philosophe & écrivain
Professeur à l'ESSEC Business School
Directeur académique du programme Grande
École pour l'Asie-Pacifique
Directeur du centre iMagination
Directeur du programme Management
de l'innovation responsable pour
l'executive education

Imaginer le monde de demain

- . L'importance de l'innovation et la nécessité de l'innovation responsable.
- . De quoi l'innovation est-elle le nom ?
- . Comment définir de manière claire et compréhensible ce qu'est l'innovation (produit/service, process, commercialisation, organisation) en s'appuyant sur son histoire comme sur sa modernité.



Pierre Poidevin

Ordonné prêtre en 2010.
Master de théologie à Rome.
Curé de Calais jusqu'en 2022.
Depuis, curé à Boulogne-sur-mer
et vicaire épiscopal.

Bien commun, destination universelle des biens, subsidiarité, dignité de la personne & justice sociale.

- Comment la doctrine sociale de l'Église peut-elle éclairer ma manière de vivre en entreprise ?
- La doctrine sociale de l'Église est un ensemble de principes et de recommandations donnés par l'Église pour aider les croyants à agir de manière juste dans la société.
- Elle est fondée sur la foi et vise à guider les chrétiens pour qu'ils soient des citoyens engagés et responsables.



Thomas Thumerelle

Entrepreneur récidiviste.
Cofondateur de Motoblouz
et aventurier.

Entreprise libérée et management collaboratif

- Histoire de Motoblouz.
Pourquoi un succès ? Orienter satisfaction clients, clé majeure de la réussite d'une entreprise, et énergie débordante dans toutes les équipes.
- Comment ? Un état d'esprit start-up : idée de l'entreprise libérée, ses avantages et ses inconvénients.

Informations pratiques

Le parcours de formation Parenthèse nécessite de s'engager pour les 6 sessions.

Le tarif de la formation (6 session de 24h réparties sur un an) inclut l'hébergement et les repas à la Chartreuse de Neuville :

- 5.000 € par stagiaire (soit 4.160 € hors hébergement & restauration)
- 833 €/jour de formation (soit 520 €/jour hors hébergement & restauration).
- Nombre d'heures de formation = 60h

La Chartreuse est certifiée Qualiopi pour ses actions de formation, nous vous accompagnons pour la prise en charge par votre OPCO ou autre organisme, suivant votre statut.

Yumanco est également certifié Qualiopi.

Pour toute information et demande de précision concernant nos conditions d'accès aux publics en situation de handicap (locaux, adaptation des moyens de la prestation), une personne ressource handicap est mobilisable au sein de la structure :

Amandine Manier · a.manier@lachartreusedeneuille.org

Contacts

Florence Levain, cofondatrice de Yumanco
flevain@rh-optimisation.fr · 06 14 27 34 39

Sébastien Devin, cofondateur de Yumanco
sebastien.devin@yumanco.com · 06 07 44 83 12

Alexia Noyon, directrice générale
de l'Association de Préfiguration de la Fondation Chartreuse de Neuville
a.noyon@lachartreusedeneuille.org · 06 50 60 69 93

Delphine Hubo, chargée de mission du Catalyseur des Possibles
de la Chartreuse de Neuville
d.hubo@lachartreusedeneuille.org · 06 72 52 01 20



Association de Préfiguration de la Fondation Chartreuse de Neuville
1 allée de la Chartreuse
62170 Neuville-sous-Montreuil
03 21 06 56 97
www.lachartreusedeneuille.org
SIRET 504 151 408 0001 - NAF 9103Z

Parenthèse c'est le bon terme, le bon programme.

Si les Chartreux méditaient en cellule pour comprendre et avancer, pourquoi les managers ne sortent-ils pas de la leur pour mieux se sentir, respirer et souffler, se retrouver, réfléchir et progresser ?

Thierry

