



## La Lettre N°8

# RESTONS CONNECTÉS

*Partageons connaissances*

## Sommaire

[> Vie de l'Institut](#)

[> Mouâd et sa fascination pour le Japon](#)

[> Les Maroc Web Awards 7](#)

[> Management Tips: Cultiver son cerveau](#)

[> Bien-être: L'apithérapie](#)

[> Inspiration](#)

[> Agenda Agadir](#)

*Connect Institute est dorénavant une réalité. Les premiers membres, faisant preuve d'engagement et de confiance, ont signé son acte de naissance officielle. Afin d'affermir l'existence et assurer la durabilité de notre Institut, d'autres membres sont invités à se joindre à nous. Nous sommes convaincus que nous élargirons notre cercle pour construire ensemble ce beau projet. Parce que nos objectifs sont clairs et accessibles et parce que nous partageons une approche basée sur des principes simples : rigueur, qualité, écoute, transparence et persévérance.*

### Vie de l'Institut



Le programme détaillé des activités et prestations de l'Institut pour le mois de février a été imprimé et distribué aux membres. Il sera aussi mis en ligne dans l'espace Membres de notre site Web.

La première activité « officielle » de Connect Institute a eu lieu samedi dernier. Et ce fut une séance de **ACTING** sous la houlette de Zohra Makach. Détente, spontanéité, imagination, mémoire, gestuelle, travail d'équipe : les objectifs de nos cours sont déjà apparus aux premiers participants.

Celles et ceux parmi nos membres qui hésitent encore sont invités à faire l'effort de caser le cours d'Acting sur leur agenda...

Le programme d'accompagnement des jeunes est lancé : **GROW**.

Un groupe de jeunes motivés et enthousiastes s'est donné rendez-vous dans nos locaux pour entamer un cycle de huit séances avec l'objectif d'affiner leurs compétences et élargir leurs horizons. En 90 minutes, ils ont été invités à réfléchir, discuter, prendre des notes sur des thématiques variées, notamment : la J Curve, la Lettre 2014 de Bill Gates ...

Un premier cours de **YOGA** a eu lieu lundi soir et a permis aux participants de découvrir les bienfaits de cette discipline.

#### **Cette semaine :**

Ne ratez pas la première séance **FEED** de jeudi 6 février !

Au menu : témoignages croisés de deux membres appartenant à deux générations différentes mais naviguant dans un univers commun.

### **Mouâd et sa fascination pour le Japon**



Pour beaucoup de monde, le Japon se limite à une série de clichés allant de la geisha en kimono de soie, à un maître d'arts martiaux vêtu de blanc, à deux villes détruites par des bombes atomiques, ou encore à des tatamis ou aux sushis.

Pour Mouâd, jeune adhérent à Connect Institut et fasciné par le Japon, ce pays incarne la différence et la réussite du mélange entre tradition et modernisme. Lors de son passage à l'Institut, Mouad a partagé avec nous sa passion pour le Japon. Une passion qu'il a eu depuis son enfance. Lorsqu'il vous parle du Japon, Mouâd, ce natif de Casablanca, peut vous donner la liste des lieux à visiter, des plats à goûter, des traditions nippones, et même les formules de métro qu'il faut acheter. Il connaît le Japon comme le fond de sa poche. Et pourtant ...il n'y est jamais allé, son rêve ne s'est pas encore réalisé! Si un jour vous envisagez de voyager au Japon, n'hésitez surtout pas à le contacter.

Twitter: @medmouad

Blog: <http://medmouad-blog.blogspot.com>

## Les Maroc Web Awards 7



La 7ème édition de Maroc Web Awards a eu lieu le samedi 1er février 2014 à Rabat au Théâtre Mohamed V ([lien de la cérémonie](#)). Cet évènement, considéré comme la plus grande compétition sur le Web organisée dans la région MENA, a rassemblé pour cette édition plus de 1500 personnes, reçu 600 candidats et 57.500 participations.

Treize blogueurs, influenceurs et entrepreneurs web marocains dans différentes catégories, ont été récompensés lors de cette 7ème édition.

Cet évènement est organisé par [Synergie Media](#), une entreprise installée à Agadir fondée par Younes Qassimi.

## **Management Tips** *Harvard Business Review*

### *Cultiver son cerveau*

---

*Des études ont montré qu'une bonne mémoire vous aide à mieux naviguer dans le futur. Et dans les affaires, la capacité à anticiper et négocier les demandes futures est un atout. Un cerveau proactif fait appel aux expériences passées pour faire des analogies avec votre environnement actuel. Il vous aide ensuite à déterminer où vous êtes et à envisager les possibilités futures. Nous sommes tous nés avec un cerveau proactif, mais ces trois conseils peuvent aider à en améliorer les performances :*

- Inciter votre cerveau à travailler. Exposer le à diverses expériences et situations.*
- S'inspirer des autres. Essayer de connaître les expériences des autres en apprenant davantage sur leur vie, ou en parlant avec eux.*
- Laisser votre esprit vagabonder. Le temps donne à votre cerveau l'espace dont il a besoin pour rappeler et recombinaison les expériences passées de façon à vous aider à anticiper l'avenir.*

## **Bien-être**

### *L'apithérapie*

---

*[Phillip Terc](#), un médecin autrichien a prouvé qu'avec [l'apithérapie](#), il a pu traiter 500 malades et pratiqué plus de 39 000 traitements des infections rhumatismales. [Selon American Cancer Society](#), le venin d'abeille a été utilisé dans les soins thérapeutiques pour soigner les maladies telles que les infections rhumatismales, les maladies inflammatoires et les artistiques chroniques. Plus particulièrement, les abeilles sont des espèces qui produisent un fluide riche en glucose, constitué de plusieurs produits : du miel, de la gelée royale, de la cire ou du venin d'abeilles.*

## **Inspiration**

---

*« To climb steep hills requires slow pace at first »*

*« Pour escalader une pente escarpée il faut commencer par un rythme lent »*

*William Shakespeare*



1564 - 1616

## *Agenda Agadir*

---

***Exposition numérique et interactive: Albert Camus***

*Du 4 au 13 février à l'Institut Français d'Agadir*

***Projection "Les Justes"***

*Le 6 février à 16h00 à la faculté des lettres - Espace des humanités*

***Soirée "Nuit Andalouse" par Quatuor Axone***

*Le 07 février à 19h30 à l'hôtel Sofitel Agadir Thalassa Sea & Spa  
et le 08 février à 21h00 à l'hôtel Robinson Club Agadir*



Connect Institute  
N° 11, Imm. Borj Agadir Av. Cadi Ayad  
Agadir - Maroc  
Tél : +212 (0) 5 28 22 78 82

