

La Lettre N°14

RESTONS CONNECTES

Partageons connaissances

www.connectinstitute.ma

Pour rejoindre les fans de Connect Institute, cliquez ici sur

Sommaire

- > [AIR3 : une journée de détente qui sera suivie par d'autres...](#)
- > [Activités à venir](#)
- > [Nos jeunes de GROW ont des projets: Rachid Alami et la restauration](#)
- > [De TED à AGORA](#)

- > [Panthéon: MIT classe les personnalités des 4000 dernières années](#)
- > [Inspiration: Socrate](#)
- > [Agenda Agadir](#)

L'avenir d'un pays, d'une société se lit à travers les projets que nourrissent les

jeunes, les rêves qui les animent. Dans le cadre du programme GROW, des entretiens bilatéraux sont prévus pour mieux comprendre et cerner les ambitions des participants. Parmi ceux-ci, Rachid, dont le témoignage est reproduit dans cette Lettre, a les idées claires dans sa tête. Mais ces idées, comme celles de ses collègues, ont besoin d'être valorisées, comprises, accompagnées. C'est aussi cela le rôle de Connect Institute.

AIR3 : une journée de détente qui sera suivie par d'autres...

Malaya Kasal

Masseur, Maître de Yoga et Formateur, Malaya a été formée exclusivement en Thaïlande et aux Etats-Unis. Elle a travaillé partout dans le monde et est réputée en tant que Professeur de massage thérapeutique, Yoga et Pilate.



Programme

9h30 à 11h30	Exercices de relaxation, y compris pour les yeux.
11h30 à 12h30	Méditation
12h30 à 14h00	Déjeuner
14h30 à 15h00	Conférence: "Comment trouver le bonheur"
15h00 à 16h00	Question/Réponse en binômes selon les six dimensions : émotionnelle, professionnelle, spirituelle, intellectuelle, sociale, physique.
16h00 à 17h00	Yoga du rire
17h00 à 17h30	L'enveloppe énergétique manuelle
17h30 à 18h00	Thé de fin de journée

Quelques enseignements

- Pour connaître le bonheur, il faut trouver un équilibre entre la vie sociale, la

vie physique, la vie intellectuelle, la vie professionnelle, la vie spirituelle et la vie émotionnelle.

- Quelques pistes pour se construire ses moments de bonheur : s'entourer de gens heureux, garder le sourire, positiver ses pensées, garder de l'optimisme, donner et partager, se libérer de l'emprise du temps et mieux gérer son intoxication digitale...

Témoignages:



Marouane Mortabit: Cadre OCP - Casablanca

Prévu depuis deux mois, je n'aurai raté pour rien ce weekend à Connect Institute à Agadir. Connaissant le concept depuis sa genèse, j'avais hâte de le découvrir avec les femmes et hommes qui le font au quotidien. Et comme un bonheur ne vient jamais seul, c'était aussi l'occasion de me laisser tenter par une journée de bien être animée par l'une des meilleures spécialistes du Yoga au Maroc. Je garde un excellent souvenir de la journée et surtout des superbes rencontres que j'ai faites à Connect Institute.



Andrée Mahnaoui: *En un mot cette journée fut un enchantement :*

Tout d'abord par la rencontre avec une personne extraordinaire : Malaya qui est rayonnante et de qui émanent bonté et apaisement.

Tout au long de la journée, des exercices très simples comme une respiration contrôlée, le rire, quelques assouplissements, un auto-massage et enfin la méditation et une réflexion sur nous mêmes et nos valeurs, nous ont permis de nous sentir mieux et de redéfinir nos priorités.

En résumé, nous avons fait le plein d'énergie pour aborder le printemps en toute sérénité, et ceci dans une atmosphère de partage et de bonne humeur.

Merci Connect Institute et Malaya pour cette journée et merci Taha et Amina pour leur hospitalité.



Driss Hachoumi: *Peut-on par un simple contact avec les mains prendre et surtout transmettre*

énergie et bonheur? Comment le sourire et encore le rire, sous toutes ses formes, peuvent-ils générer joie, bonheur et détente pour soi et pour l'autres? Peut-on imaginer le bonheur sans contact social, sans confidences, sans engagement physique, sans participation de l'intellect, sans résolution et projection

dans le futur? Comment intégrer avec harmonie et douceur notre corps à son environnement? Un simple exercice psychique peut-il nous aider à réaliser qu'on est pour soi et pour les autres? Peut-on réaliser à chaque instant les mouvements des différents parties de notre corps?

Dans un cadre agréable, accueillant et généreux, à toutes ses questions et bien d'autres, Malaya nous a apporté réponses et éclaircissements sans discours ennuyeux, mais elle l'a concrétisé simplement avec sa douceur, son sourire, ses contacts manuels, auditifs et verbaux. Elle nous a aidé à nous projeter et baigner dans une indescriptible plénitude.

Merci Malaya,

Merci Connect Institute,

Merci Amina et Taha

Activités à venir

FEED 4: Jeudi 20 mars 2014 à 19h00

"Images Locales, Images Globales"

AIR 4: Dimanche 23 mars 2014

Visite des greniers d'Imchguiguilne

Nos jeunes de GROW ont des projets ***Rachid Alami et la restauration***



Rachid Alami (20 ans) - ENCG Agadir

Jamais je n'aurai imaginé que la cuisine allait occuper une telle place dans ma vie. Aujourd'hui, je passe des heures et des heures de ma journée à m'inspirer de ce qui m'entoure de beau, revisiter les recettes que je garde en tête et voyager dans les profondeurs de mon intuition gustative, pour marier les saveurs et équilibrer les goûts. Cette passion a réveillé en moi l'avidité de la découverte et du partage. Aujourd'hui, je suis heureux de faire partie de Connect Institute là où l'échange de cette passion pour cet art me procurera beaucoup plus de plaisir à exister.

De TED à AGORA



Extraits de l'article paru dans [The Economist](#) du 7 mars 2014

L'industrie des idées et de l'échange existe bel et bien, malgré le démarrage difficile. En 1984, une première conférence TED était organisée mais la suivante

n'a eu lieu que six ans plus tard. Depuis, deux fois par an se produit le rassemblement des TEDeurs, comme celui qui aura lieu du 17 au 21 mars avec 1200 participants, à 6000 \$ la place et des intervenants du calibre de Bill Gates. Sur Internet, ces conférences ont été vues 2 milliards de fois. C'est l'exemple parfait de la puissance de l'innovation qui crée la rupture. TED a fait en une décennie plus que ce qu'a fait l'Université d'Oxford en mille ans dans l'art des conférences, avec des Talks qui durent 18 min, le temps jugé assez long pour être sérieux et assez court pour garder l'attention du public.

Le côté missionnaire de ces conférences est souvent mis en lumière. Un nombre important de conférences prêchent que vous pourriez avoir une bonne carrière et une vie accomplie pour peu que vous travailliez dur et que vous suiviez votre passion.

Le secret de la réussite de TED n'est pas dans son engagement dans l'innovation qui crée la rupture mais dans sa capacité à remballer les commandements de la religion du vieux temps dans l'âge numérique.

Panthéon: MIT classe les personnalités des 4000 dernières années

Pantheon est un projet développé par Macro Connection's Group à MIT Media Lab qui collecte, analyse et visualise des données sur la popularité historique et culturelle. Pantheon mesure la popularité mondiale des personnages historiques en utilisant deux moyens de mesure principaux. Le premier (L) est le nombre des différentes versions linguistiques des articles de Wikipédia sur un personnage historique. Le second est l'Indice de Popularité Historique (HPI) qui corrige L en ajoutant des informations sur la période de popularité.

Classement des 20 personnes les plus populaires dans le monde

Rank	Name	Place of Birth*	Birth Year	Gender	Occupation	L	HPI
1	Aristotle	Greece	-384	Male	Philosopher	152	32.176
2	Plato	Greece	-427	Male	Philosopher	142	32.171
3	Jesus Christ	Palestine	-4	Male	Religious Figure	214	32.080
4	Socrates	Greece	-469	Male	Philosopher	137	31.834
5	Alexander the Great	Greece	-356	Male	Military Personnel	138	31.766
6	Leonardo Da Vinci	Italy	1452	Male	Inventor	174	31.647
7	Confucius	China	-551	Male	Philosopher	192	31.553
8	Julius Caesar	Italy	-100	Male	Politician	128	31.298
9	Homer	Greece	-800	Male	Writer	141	31.291
10	Pythagoras	Greece	-570	Male	Philosopher	114	31.251
11	Archimedes	Italy	-287	Male	Philosopher	129	31.173
12	Moses	Egypt	-1391	Male	Religious Figure	115	31.046
13	Muhammad	Arabia	570	Male	Religious Figure	150	30.832
14	Abraham	Unknown	-3500	Male	Religious Figure	105	30.787
15	Adolf Hitler	Austria	1889	Male	Politician	169	30.760
16	Wolfgang Amadeus	Austria	1756	Male	Composer	177	30.697
17	Charlemagne	Belgium	742	Male	Politician	116	30.666
18	William Shakespeare	Kingdom	1564	Male	Writer	163	30.622
19	Michelangelo	Italy	1475	Male	Painter	158	30.621
20	Augustus	Italy	-63	Male	Politician	117	30.602

Classement des 10 marocains en tête

Rank	Name	Place of Birth*	Birth Year	Gender	Occupation	L	HPI
1	Ibn Battuta	Morocco	1304	Male	Explorer	84	26.583
2	Jean Reno	Morocco	1948	Male	Actor	55	26.402
3	Hassan II	Morocco	1929	Male	Politician	41	24.277
4	Mohammed VI	Morocco	1963	Male	Politician	52	24.238
5	Abdelaziz Bouteflika	Morocco	1937	Male	Politician	51	24.106
6	Abd el-Krim	Morocco	1880	Male	Politician	37	24.008
7	Just Fontaine	Morocco	1933	Male	Soccer Player	38	23.848
8	Dominique de Villepin	Morocco	1953	Male	Politician	55	23.820
9	Mohammed V	Morocco	1909	Male	Politician	31	23.050
10	Mordechai Vanunu	Morocco	1954	Male	Social Activist	31	22.942

Inspiration en dernier

*"L'excellence est un art que l'on n'atteint que par l'exercice constant.
Nous sommes ce que nous faisons de manière répétée.
L'excellence n'est donc pas une action mais une habitude."*

Socrate 470 av. J.C. - 399 av. J.C.

Agenda Agadir

Théâtre: " Sur les traces de Landru"

Le 18 mars 2014 à 19h30 à l'Institut Français d'Agadir

Conférence: "Comment décrire un monument?" - Claudine Piaton

*Le 19 mars 2014 à 16h00 à la Faculté des Lettres et Sciences Humaines
- Espace des Humanités*

Festival International du Théâtre Universitaire d'Agadir

Du 19 au 22 mars 2014 à l'hôtel Les Omeядes

Semaine de l'anthropologie sous le thème: "L'anthropologie de la méditerranée"

*Du 26 au 28 mars 2017 à la Faculté des Lettres et Sciences Humaines -
Espace des Humanités*

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

