

28 janvier 2014



La Lettre N°7

RESTONS CONNECTÉS

Partageons connaissances

Sommaire

[>Le 23.janvier : Naissance d'un Institut d'un nouveau type](#)

[>GROW](#)

[> Activité de Connect Institute: Les activités ACTING - JISMY - YOGA](#)

[> Management Tips: Augmentez votre désir d'apprendre](#)

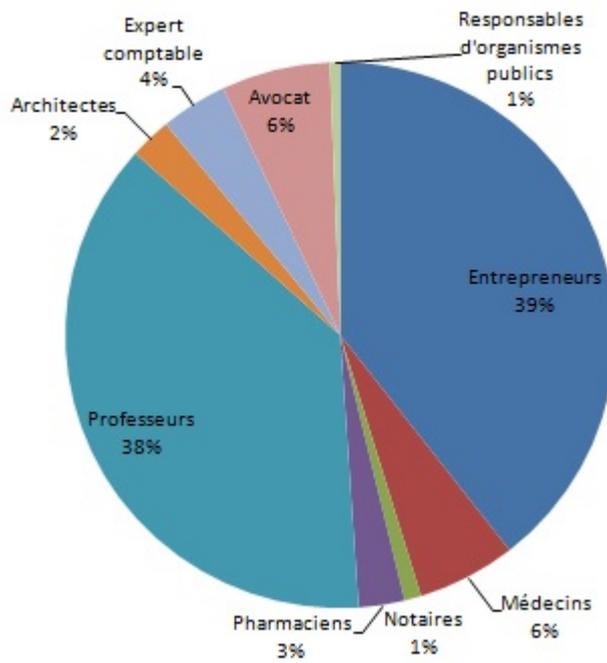
[>Bien-être: S'asseoir correctement](#)

[> Inspiration](#)

[> Agenda Agadir](#)

Semaine importante pour Connect Institute. La présentation des activités qui a eu lieu le 23 janvier a permis aux personnes présentes de se faire une idée précise sur l'Institut. Après cette étape, les adhésions sont maintenant ouvertes. Ce projet de vie pour son fondateur se met enfin en marche après de multiples consultations et réflexions. Sur le site web, petit à petit, les activités et prestations de l'Institut seront présentées et archivées. L'équipe de l'Institut déploiera tous les efforts pour que cela se fasse avec qualité, continuité et concertation. Merci à vous toutes et tous, qui avez permis à ce projet de voir le jour.

Le 23 janvier : Naissance d'un Institut d'un nouveau type



En puisant dans les listes socio-professionnelles d'Agadir, nous avons identifié pas moins de 5400 personnes disposant d'un degré élevé d'instruction, d'influence sur des milliers d'autres personnes, se distinguant par leur contact quotidien avec la réalité et leur pouvoir d'achat.

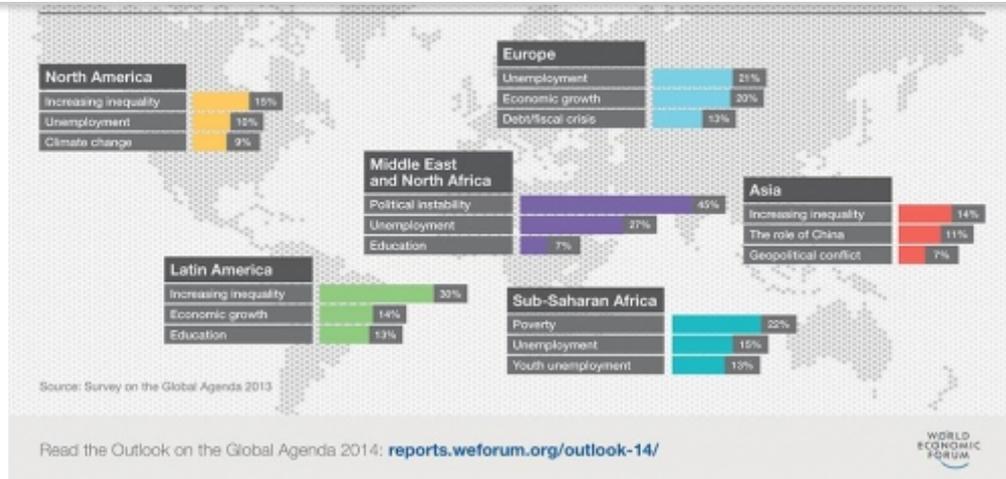
Cette catégorie, en dehors de ses activités professionnelles, fait souvent partie de clubs spécifiques pour pratiquer le sport, s'adonner aux oeuvres caritatives,...

S'agissant des rencontres d'échange et de débat, la ville d'Agadir n'a offert en 2013 que 72 conférences en tout et pour tout, dont seulement 17 pourraient présenter un intérêt transversal.

Le constat est indiscutable : il y a un manque cruel d'occasions et d'espaces pour le dialogue, la réflexion partagée et la rencontre de l'autre.

Connect Institute est né pour apporter à ceux qui le souhaitent une réponse globale, selon quatre objectifs : apprendre, se détendre, partager, rencontrer.

GROW



Lors de la séance qui a eu lieu avec les jeunes le 25 janvier, un Slide a été projeté. Il s'agissait d'une reproduction d'un diagramme extrait de l'Outlook Davos 2014.

Après discussions, des couples de concepts et de repères ont apparu comme indispensables à la lecture de cette carte.

Développés - En voie de développement. Socio-économique - Politique. Présent - Futur. Individuel - Collectif. Amont - Aval.

Les jeunes qui ont participé à cette discussion ont montré qu'avec un accompagnement adapté, des progrès peuvent être obtenus dans l'analyse et l'interprétation des informations.

Le programme GROW de Connect Institute vise à formaliser cet accompagnement. Les membres seront également invités à contribuer pour que des ponts soient jetés entre générations.

Activités de Connect Institute Les activités ACTING - JISMY - YOGA



Dans le but de promouvoir le développement harmonieux de la personne, **Connect Institute** a programmé une série d'activités et de prestations basées sur le dialogue, la libération du potentiel et la recherche du bien-être.

Zohra Makach: Professeur chercheur en théâtre, traductrice de plusieurs dramaturges contemporains et metteur en scène de plusieurs créations théâtrales.

Mélodie Dumans: Licenciée en Communication. C'est à l'âge de 26 ans qu'elle

former avec les plus grands professeurs à Paris. Elle se consacre désormais à partager cet art de vivre.

Widad Radi: Kinésithérapeute diplômée d'Etat de l'Université de Nantes. Pour Widad, la kinésithérapie soulage et soigne aussi parfois. Mais sans une bonne hygiène de vie, sans apporter les bons remèdes, le patient rechutera à coup sûr.

Management Tips *Harvard Business Review*

Augmenter votre désir d'apprendre

Ne laissez pas votre ego se mettre à travers votre désir d'apprendre. Les dirigeants qui réussissent à garder leur esprit ouvert à de nouvelles choses sont conscients que, quelque soit leur niveau de connaissances, il existe toujours un plus à apprendre. Si vous êtes un expert dans un domaine, cherchez d'autres domaines où vous pouvez transférer et appliquer votre expertise.

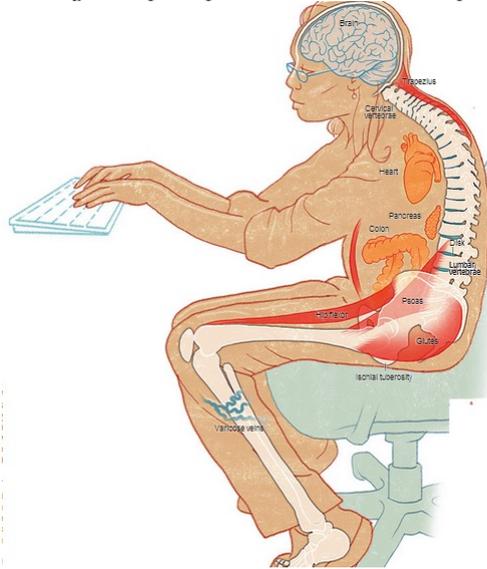
Bien-être

S'asseoir correctement

Chacun sait que rester assis toute la journée n'est pas très bon pour la santé. Mais en quoi, exactement ?

Des experts ont expliqué sur le [Washington Post](#) les effets néfastes de la "position assise" sur le corps: des plus évidents, comme le mal de dos, aux plus inquiétants, comme le cancer du colon.

Ainsi l'on apprend qu'être assis huit heures par jour provoque des maux "de la tête aux pieds": maladies du cœur et du pancréas, dégénérescence des muscles, problèmes de circulation, et même... ralentissement du cerveau. Les personnes qui réduisent à trois heures la durée passée en position assise par jour gagnent en moyenne presque un an et demi d'espérance de vie.



Inspiration: Esalen

[Esalen](#) est un centre pour l'exploration et la réalisation du potentiel humain par l'expérience, l'éducation et la recherche.

Depuis un demi-siècle, Esalen a été un lieu de génération et de promotion de nouvelles idées, des méthodes et des connexions qui ont transformé notre monde.

750.000 personnes d'un peu partout dans le monde vont à Esalen pour la liberté intellectuelle, la possibilité d'envisager des systèmes de pensée et de sentiment qui se situent au-delà des contraintes des normes sociales.



Agenda Agadir

**Conférence "Université Populaire du Patrimoine":
Revitalisation de la médina de Tiznit**
Le 29 janvier à 19h30 au Musée Amazigh

**Soirée "Virtuose" par Les solistes de l'Ensemble Instrumental de
Paris**
Le 01 février à 21h00 à l'hôtel Royal Atlas



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

