

## INVITATION Dynamique Entreprises du Cormier

# CONFERENCE

Nous avons le plaisir de vous annoncer la date de notre prochaine rencontre :

**LE MERCREDI 8 AVRIL 2020 à 18h30**

- **Thème : BIEN ETRE AU TRAVAIL**

**« Salariés fatigués : Comment optimiser leur performance individuelle ? »**

***Avec le soutien actif de la société QUALEA***

- **Conférence animée par :**

**Mr Charles de la Personne** : Directeur de **MySommeil**, pharmacien et spécialiste du sommeil (DIU Sommeil et sa pathologie), 10 ans dans l'industrie pharmaceutique

**Mr Denis Bourdeau** du Cabinet **BEEactiv** - Consultant, coach professionnel, expert ANC (Approche Neurocognitive et Comportementale)

Introduction Conférence : La démarche Bien-Etre en Entreprise chez QUALEA, un projet pour une « belle entreprise ».

- Comprendre la fatigue
- Conséquences des problèmes de rythme veille-sommeil
- Principaux impacts sur les performances intellectuelles
- Les solutions pour optimiser sa journée et sa performance



- **Lieu : Lycée Jeanne Delanoue** - 11 Boulevard Jeanne d'Arc - 49300 CHOLET
- **Timing** : 18h30 - Conférence suivi d'un cocktail
- **Inscription** : par lien doodle

Dynamiquement votre !!!

Le Bureau

**Dynamique Entreprises du Cormier**  
5 square des Grandes Claies  
Parc d'activités du Cormier  
49300 CHOLET  
dec49300@gmail.com