



Première école française d'Ayurvéda des entreprises

« L'Ayurvéda des entreprises est une approche de l'entrepreneuriat basée sur les lois de la Nature expliquées par la sagesse pluri-millénaire de l'Ayurvéda, médecine traditionnelle de l'Inde. Cela en fait une médecine de l'entreprise qui répond aux enjeux modernes de santé professionnelle, santé de l'organisation et des individus qui la composent. »

- Mathilde Lerède
Fondatrice de l'approche et de l'école
d'Ayurvéda des entreprises.





Première école française d'Ayurvéda des entreprises

L'école

Vous êtes une entreprise ? Entrepreneur solo ? Une structure professionnelle regroupant salariés et/ou associés ? Vous souhaitez découvrir l'Ayurvéda des entreprises ? Nous vous proposons des formations, ateliers, masterclass et des séminaires sur-mesure ou clés en main, pour un développement professionnel respectueux du vivant.

Nos prestations abordent 9 thématiques :





Première école française
d'Ayurvéda des entreprises

Nos 4 axes d'intervention

Ces 9 thématiques se retrouvent dans nos 4 axes d'accompagnement. Pour chacun de ces axes, nous proposons des interventions allant de la conférence à l'accompagnement sur plusieurs mois. N'hésitez pas à nous faire part de vos besoins et de vos envies pour que nous construisions ensemble le projet idéal.

1

Se connaître pour
se déployer

2

Soutenir sa
physiologie pour
soutenir son projet

3

Structurer son
entreprise selon
les 5 éléments de
l'Ayurvéda

4

L'art de la
communication

L'équipe



Mathilde Lerède
Coach et consultante.
Créatrice de
l'Ayurvéda des
entreprises.



Chloé Depret
Formatrice
Communication



Sophie Pihan
Formatrice Santé
et Sport



Georges Blanco
Formateur, coach
et consultant
Management

1

Se connaître pour
se déployer

Nous sommes tou.te.s différent.e.s. Nos rythmes, nos façons de réfléchir, de créer, de nous régénérer, d'interagir, nos façons de penser, de synthétiser, de nous exprimer ... Tout est différent. « Se connaître pour se déployer » est une invitation à connaître comment déployer son meilleur potentiel professionnel pour un épanouissement personnel.

Formations - Ateliers - Séminaires

2

Soutenir sa
physiologie pour
soutenir son projet

Le travail ne devrait pas être synonyme de stress et de maladies physiologiques ou psychologiques. C'est une dérive de notre société moderne. À l'école d'Ayurvéda des entreprises, nous vous proposons des accompagnements en herboristerie, naturopathie et activités douces pour soutenir votre physiologie. Une pleine santé sert votre projet professionnel sans vous desservir.

Formations - Ateliers - Team building

3

Structurer son
entreprise selon
les 5 éléments de
l'Ayurvéda

Vous souhaitez innover dans votre vécu de l'entreprise ? En faire un outil au service du vivant, régi par les lois de la Nature ? Conjuguer rentabilité économique, épanouissement professionnel (le vôtre et celui de vos salariés et collaborateurs), innovation et éthique ? Nous vous proposons des accompagnements novateurs, uniques en France.

Formations - Ateliers - Conférences - Coachings

4

L'art de la
communication

Communiquer est un art. Aujourd'hui, la communication est partout, tout le temps, à tel point qu'il devient difficile de réellement se comprendre ou faire passer des messages. La communication s'enrobe de silence pour être entendue, perçue, à sa juste valeur. Nous vous accompagnons dans cet art de la mise en lumière pour une communication efficace et authentique.

Formations - Ateliers



Première école française
d'Ayurvéda des entreprises

Mathilde Lerède

06.74.44.73.75

contact@ayurveda-et-entrepreneuriat.com

ayurveda-et-entrepreneuriat.com

