



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 ? Une structure professionnelle regroupant salariés et/ou associés ? Entrepreneur solo ? 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

Notre vision

L'Ayurvéda des entreprises est une médecine des organisations professionnelles et un soutien à la pleine santé des individus qui composent ces systèmes.

Nous concevons l'entreprise (ou toute structure professionnelle) comme un système vivant répondant aux *lois de la nature* modélisées par l'Ayurvéda*, selon la *grille de lecture des 5 éléments*.

Nous vous accompagnons dans le déploiement de projets ambitieux et engagés pour un monde conscient, humain, solidaire et respectueux de nos ressources.

* *médecine traditionnelle de l'Inde*

Comment ?

Formations - Ateliers - Séminaires - Team Building - Coachings - Conférences - Podcast

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



La Terre correspond à la structure, aux fondations, à ce qui est matériel, solide, tangible.

Pour l'entreprise, il s'agit de sa santé économique et matérielle, de sa structure juridique, de son organisation et organigramme et de la santé physique des individus.



L'Eau fluidifie, enveloppe, reconforte. Dans l'entreprise, c'est la créativité, le plaisir à travailler, les relations humaines, l'intelligence et la santé émotionnelles. Exclure les émotions du projet de l'entreprise c'est demander aux individus de s'amputer d'une partie d'eux-mêmes et se priver de la richesse incroyable qu'est notre humanité.



Le Feu est ce qui brille, réchauffe, illumine, digère. Dans l'entreprise, il donne une vision et permet d'établir un plan d'action à court, moyen et long terme. Il est l'énergie qui permet de réaliser ses objectifs et de digérer les échecs ou ajustements nécessaires. Il est l'élément du leadership et de la mise en lumière de nos intentions.



L'Air est cet élément subtil, invisible qui relie le vivant à travers le souffle vital. C'est également la liberté et le mouvement. Pour l'entreprise, il s'agira de ses valeurs, de son écosystème et de la communication. Mais également de la capacité à rester agile et dynamique dans un monde changeant.



Enfin, *l'Éther ou Espace*, est le vide créateur. Une page blanche où se dessine le champ des possibles. Pour l'entreprise, c'est ce qui permet d'innover. Mais c'est aussi l'inconnu qu'il faut apprendre à apprivoiser pour gérer le stress des incertitudes et de l'entrepreneuriat.



Première école française
d'Ayurvéda des entreprises

Mathilde Lerède

06.74.44.73.75

contact@ayurveda-et-entrepreneuriat.com

ayurveda-et-entrepreneuriat.com



Découvrez notre Podcast Ayurvéda des entreprises,
disponible sur toutes les plateformes de podcast

