



Les Chaires Changement & IMEO

Ont le plaisir de vous convier à une conférence

le 6 Novembre à 18H30 à l'ESSEC Executive Education CNIT La Défense

Neurosciences Leadership & Mindfulness (Méditation de Pleine Conscience) Intervention de Jean Gérard BLOCH

- S'observe aujourd'hui un phénomène de société à l'égard de la méditation, un mouvement rejoignant la ruée vers les activités sportives dans une recherche d'équilibre et de « compensation » de l'accélération et de l'urbanisation de nos modes de vie.
- En outre les recherches en neurosciences cognitives apportent aujourd'hui des éléments d'observation scientifiques illustrant les effets bénéfiques de ces pratiques pour faire face au « multi tasking », vivre l'instant présent, sortir du pilote automatique, développer sa capacité d'attention, faciliter nos interactions
- Jean-Gérard Bloch s'est intéressé aux travaux du biologiste américain Jon Kabat-Zinn professeur émérite à la faculté de médecine de l'université du Massachusetts dans les années 1970 et a fondé la première clinique de réduction du stress en 1979, puis le Centre pour la pleine conscience en médecine. Lui même pionnier du développement de ces démarches en France dans différents environnements (hospitalier, entreprises) reviendra sur quelques fondamentaux scientifiques, nous illustrera les apports de ces démarches pour les personnes et les organisations . Il nous permettra aussi de réaliser une brève pratique de méditation.



Jean Gérard Bloch Médecin rhumatologue ostéopathe, titulaire d'un DEA en Sciences dans le domaine de la Neuro-Immuno-Pharmacologie. Il est enseignant MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) certifié par l'Université du Massachusset Medical School et membre du CA de l'ADM (Association pour le Développement de la Mindfulness) dont il est Vice Président depuis 2011. Il a créé et dirige depuis 2012 un Diplôme Universitaire de Médecine Méditation et Neurosciences à la Faculté de Médecine de l'Université de Strasbourg. Il a créé en 2015 et enseigne un module de méditation en 3e année des études de Médecine et depuis 2014 en Master 2 de TCC en Faculté de Psychologie à l'Université de Strasbourg.

Merci d'une réponse par retour à : corinne.forasacco@essec.edu