

Pour vous  
Managers Dirigeants Décideurs

---

# Méditation de Pleine Conscience et Management

---

*La Mindfulness (ou Pleine Conscience)  
constitue une approche transformative  
pour les managers qui veulent apprendre à  
se reconnecter pour mieux agir.*

## Une pause ressourçante transformante et apprenante

Venez découvrir une approche nouvelle du management dans ce parcours, à partir de pratiques de pleine conscience, de partages en écoute profonde et d'apports concrets.

**Un parcours en 4 soirées**  
**Les lundis et mardis 16-17 et 23-24 avril**  
**de 18:30 à 21h30 au 19 Place Tolozan**  
**690001 Lyon**



**Evelyne Lorato**

*Institutrice Mindfulness MBSR  
MBCT, Coach professionnelle et  
Sophrologue. Consultante santé et  
bien-être au travail.*

TEL 06.64.09.94.41  
evelyne-lorato.rh@evelyne-lorato.fr



**Lise Peillod-Book**

*Institutrice Mindfulness, Coach  
professionnelle et psychopraticienne.  
Co-auteur du livre "Manager en  
pleine conscience" Dunod 2016*

TEL 07.68.72.04.97  
lisepeillodbook@gmail.com

<http://mindfulness-pleineconscience-lyon.fr>

**Inscriptions avant le 2 avril auprès de Evelyne ou Lise**