

(r)Evolutionnez-Vous !

Mieux connaître son cerveau
pour mieux relever ses défis quotidiens

Animé par Bénédicte Berche

Face à un monde qui se transforme à très grande vitesse, où les défis se multiplient et se complexifient, où l'incertain est permanent, **notre meilleur atout pour s'adapter à cet environnement VICA* est notre CERVEAU**. Si l'innovation technologique permet d'améliorer sans cesse la productivité des machines et des ordinateurs, le cerveau humain, lui, a ses limites. Alors mieux le comprendre est précieux pour se libérer des craintes ou des doutes face à l'incertain, pour innover face à la contrainte ou pour relever individuellement ou collectivement les défis du quotidien.

Savoir activer son intelligence adaptative, savoir utiliser son intelligence émotionnelle, relationnelle et cognitive est un atout incontestable pour s'épanouir durablement au sein du monde professionnel.

Rien n'est joué, tout est à faire !

Cet atelier **interactif, innovant et ludique**, basé sur les **neurosciences appliquées** vous apprendra à comprendre vos limites cognitives, à découvrir et expérimenter votre capacité à les dépasser pour optimiser vos performances et traverser plus sereinement les transformations.

Le + : vous repartez avec [votre coach de poche, "iChange"](#) qui vous aidera au quotidien à penser et agir autrement



Bénédicte Berche est activateur d'audace, formatrice et coach spécialisée en neurosciences cognitives

Pour permettre à chacun de savoir faire face à un environnement qui se transforme à très grande vitesse, elle a créé Learn to Change. Sa mission est de transmettre, aux managers et leurs équipes, des clés de compréhension sur le fonctionnement du cerveau dans la prise de décision et des outils simples pour muscler l'intelligence adaptative et reprendre le pouvoir sur ses automatismes.

Après 22 ans d'expériences dans de grandes entreprises en marketing, formation et management, elle a profité d'une année sabbatique pour réaliser un tour du monde en famille et nourrir son besoin de découverte. Convaincue que c'est la capacité à embrasser l'incertitude, qui permettra à chacun d'affronter l'avenir et de s'engager dans une performance durable, inclusive et optimiste, elle conçoit les ateliers coaching et les outils "iChange" pour développer la flexibilité cognitive, l'intelligence émotionnelle, et faciliter l'autonomie, l'engagement et la joie.

***VICA : Volatile, Incertain, Complexe, Ambigu**