

# Pour bien lire le programme du samedi après-midi et vous inscrire

## ■ 4 types de Rendez-vous *! Repérer les pictogrammes !*



**Grande Assemblée\*** : Conférence pour 1000 personnes avec des invités renommés



**Atelier participatif** : Expérimentation avec un spécialiste du sujet pour 30 personnes



**Assemblées interactives** : Conférence & Questions-Réponses pour 30 à 140 personnes



**Stand** : Table d'échange avec des associations partenaires

## ■ 4 sous-thématiques *! Repérer le code couleurs !*

Les temps de la vie

Habiter son temps

Au rythme du numérique

Accélérer ensemble

Pour vous inscrire, Choisissez **obligatoirement au moins une grande assemblée**

**L'entreprise en  
transformation  
numérique**

**OU**

**Accélérer  
ensemble**

**OU**

**L'Afrique au  
coeur du  
mouvement**

# Samedi après-midi : 3 séquences (Un seul choix possible par séquence)

	 <b>GRANDES ASSEMBLEES</b>	 <b>ASSEMBLEES INTERACTIVES</b>	 <b>ATELIERS PARTICIPATIFS</b>
<b>Séquence 1</b> <b>14h30 – 15h30</b>	<b>L'entreprise en transformation numérique</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● La mémoire à l'épreuve de l'accélération</li> <li>● Le sommeil une perte de temps</li> <li>● Le temps vécu en prison</li> <li>● Le temps vu par les autres</li> <li>● Outils numériques dans l'entreprise et ses réseaux sociaux, source (in)humaine d'innovation ?</li> <li>● L'entreprise et le temps long du Dév. Durable</li> <li>● Souveraineté alimentaire</li> <li>● Méthodes collaboratives : rapport au travail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Exercices corporels : se détendre, être présent</li> <li>● Exercices d'intelligence collective</li> <li>● Prendre conscience de son corps comme ressource</li> <li>● Temps et Bible</li> <li>● Plaisir, apprentissage, ... : trouver du sens en entreprise</li> <li>● Au rythme du temps de Dieu avec les Petites Sœurs de Jésus du 93</li> </ul>
<b>Séquence 2</b> <b>16h00 – 17h00</b>	<b>Accélérer ensemble</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Temps de la création, temps de respiration</li> <li>● Quinquas, les nouveaux entrepreneurs</li> <li>● Débat autour du film « Tout s'accélère »</li> <li>● De l'assiette aux champs</li> <li>● Accélérer jusqu'au risque du burn-out</li> <li>● Une finance aux temps multiples</li> <li>● Le transhumanisme</li> <li>● Slow business</li> <li>● Transition écologique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Equilibre de vie, l'âme du sport et sport de l'âme</li> <li>● Ordonner son temps selon Saint Ignace</li> <li>● Capsule temporelle : s'écrire une lettre à soi-même dans le futur</li> <li>● Méditation : travail au rythme du numérique</li> </ul> <p>Au rythme du temps de Dieu avec les Frères des Ecoles Chrétiennes de Saint-Denis</p>
<b>Séquence 3</b> <b>17h30 – 18h30</b>	<b>L'Afrique au cœur du mouvement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Le temps de l'éducation</li> <li>● Médecine Robotisation et réification</li> <li>● Equilibre vie professionnelle et vie familiale</li> <li>● La Communication Non Violente</li> <li>● Un temps spirituel au cœur des tours</li> <li>● Préserver le temps de la réflexion</li> <li>● Branding personnel</li> <li>● Microcrédit : la solidarité au service de l'insertion</li> <li>● Les mutations nécessaires à l'insertion du migrant</li> <li>● Se (re)construire demande du temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Invitation à la contemplation</li> <li>● Ma vie s'accélère, comment je réagis concrètement ?</li> <li>● Prendre le temps de savourer les fruits de la terre</li> </ul> <p>Au rythme de Dieu avec les Filles de la Charité de la Courneuve</p>



30 stands  
(Table d'échange avec des associations partenaires)

## Séquence n°1 : samedi 12 novembre 14h30

### GRANDE ASSEMBLEE

-  **L'entreprise en transformation numérique** Une grande assemblée sur « L'entreprise en transformation numérique »  
Comment construire un modèle d'entreprise durable dans un monde dont les changements s'accélèrent ? En quoi ce modèle peut-il allier performance et respect des hommes ?

### ASSEMBLEES INTERACTIVES

-  **La mémoire à l'épreuve de l'accélération du temps** Un monde en mutation accélérée oublie la tradition, ignore les anciens modèles et leurs modes de pensée. D'où un risque de perte d'identité, surtout dans les cultures où la tradition est essentielle. Un sociologue animera le débat sur la fonction de la mémoire, et sur ses limites, dans un tel contexte.
-  **Le sommeil, une perte de temps?** Nos modes de vie et la course à la performance menacent notre sommeil. Être maître de son temps, c'est aussi savoir écouter son besoin de sommeil, en comprendre les mécanismes. Un spécialiste permettra d'approfondir ces enjeux.
-  **Le temps vu par les autres** Un bouddhiste, une africaine et un jeune expatrié aideront l'assemblée à clarifier nos ambiguïtés sur ce qui va trop vite et ce qui ne va pas assez vite dans le monde, mais aussi sur ce qui nous empêche, personnellement, d'accélérer sur les chemins de la modernité durable et solidaire.
-  **L'entreprise et le temps long du développement durable** Dans l'entreprise, l'immédiateté est l'horizon le plus visible. Les intervenants poseront les termes du débat : Comment associer les parties prenantes pour prendre en compte des objectifs de développement durable à des échéances lointaines ? Comment assurer le moyen terme en pensant au long terme ?
-  **Outils numériques dans l'entreprise et ses réseaux sociaux, source (in)humaine d'innovation ?** Téléphone, messagerie, Réseau Social d'Entreprise, plateforme métiers, etc... Tous ces outils doivent nous permettre de mieux collaborer.  
Comment nous adapter/ajuster nos méthodes de travail ? Est-ce un gain de temps ? Quelle part de liberté/créativité laissée à chacun ? Comment les maîtriser pour laisser sa place à l'humain ?
-  **Méthodes collaboratives : changement du rapport au travail** Face à la remise en cause des modèles existants (travail en mode projet, moins de salariés - plus d'indépendants, nouvelles formes de communautés en entreprise), l'assemblée examinera ce qui va changer dans les 15 ans à venir, les risques et/ou les opportunités.
-  **Souveraineté alimentaire** Produire localement pour se nourrir localement, n'est-ce pas habiter son temps ? Deux intervenants, MCC et CCFD, poseront le débat sur les effets négatifs, pour les populations, des monocultures d'exportation servant des intérêts financiers court-termistes.
-  **Le temps vécu en prison** Un(e) détenu(e) n'est jamais préparé à vivre l'épreuve d'un autre temps entre les murs. A Rouen, un groupe de bénévoles « Plumes en scène » met en scène le parcours d'un jeune détenu « David », permettant ainsi une réflexion et un échange avec le public.  
Le **Père Joseph Jourjon**, aumônier titulaire de la Maison d'Arrêt de Rouen, présente cette expérience.

### ATELIERS PARTICIPATIFS

-  **Exercices corporels : se détendre, être présent** En pratiquant les exercices de la méthode Vittoz, prendre conscience de son corps comme ressource au service de sa performance et de sa détente et ainsi mobiliser sa « capacité à vouloir » pour déployer sa créativité et améliorer sa qualité de vie au travail
-  **Exercices d'intelligence collective** Où courons-nous ? Ne savons-nous pas que le ciel est en nous ? Apprenons à synchroniser le temps de nos collectifs de travail à celui des individus avec **Laure le Douarec**, autrice du Guide Pratique de l'Intelligence Collective, l'art d'inter-agir.
-  **Prendre conscience de son corps comme ressource** En pratiquant les exercices de la méthode Vittoz, prendre conscience de son corps comme ressource au service de sa performance et de sa détente et ainsi mobiliser sa « capacité à vouloir » pour déployer sa créativité et améliorer sa qualité de vie au travail
-  **Plaisir, apprentissage, ... : trouver du sens en entreprise** Cet atelier propose d'expérimenter la méthode du "World Café", une méthode d'intelligence collective facile à utiliser et pratique pour créer des dialogues collaboratifs autour d'un thème important pour une organisation.
-  **Temps et Bible** Que nous dit la Bible sur la présence de Dieu dans les temps de nos vies : temps accéléré ou ralenti, temps de solitude ou de foule, temps de désert ou de combats... ? L'atelier vous offre une pause : quelques textes bibliques, un exercice simple de lecture et d'appropriation, une ouverture spirituelle.
-  **Au rythme du temps de Dieu avec les Petites Sœurs de Jésus du 93** Espace prière. Prière animée par les Petites Sœurs de Jésus du 93

## Séquence n°2 : samedi 12 novembre 16h00

### GRANDE ASSEMBLEE

-  **Accélérer ensemble** Une grande assemblée sur « Accélérer ensemble »  
Alors que les temporalités sociales sont bouleversées, comment conduire une accélération qui ne laisse personne au bord du chemin, et préserve les équilibres de notre société.

### ASSEMBLEES INTERACTIVES

-  **Débat autour du film « Tout s'accélère »** Ancien trader devenu instituteur, **Gilles Vernet** réalisateur du film « Tout s'accélère » nous fait part de sa réflexion et des solutions élaborées avec ses élèves sur l'accélération du temps. Il nous commentera son film à travers des extraits, inspiré du livre d'Hartmut Rosa, « Accélération ».
-  **Temps de la création, temps de respiration** En contrepoint de l'accélération, l'art est une respiration nécessaire ouvrant sur l'avenir, tant pour le créateur que pour son public. **Jean-Paul Deremble**, historien de l'art, et Catherine Vigier, plasticienne, le montreront en partant des œuvres et de la pratique artistique.
-  **De l'assiette aux champs** L'assemblée s'interrogera sur l'impact de nos modes d'alimentation sur l'agriculture. Un spécialiste de l'alimentation présentera l'évolution sur 50 ans de nos modes de consommation. Un agriculteur breton témoignera de ses choix dans un système agricole aujourd'hui en crise. Une exposition photographique comparera l'alimentation de familles dans 15 pays.
-  **Le transhumanisme** Se servir des progrès considérables des technologies modernes (les NBIC) pour transformer et augmenter l'homme, c'est le projet du transhumanisme. Réalité ? Science-fiction ? L'intervention d'un médecin invitera à la prise de conscience des questions éthiques que cela pose à notre humanité.
-  **Quinquas, les nouveaux entrepreneurs** Aujourd'hui et demain : quels projets professionnels pour les 45 ans et plus ? Cette assemblée fera découvrir les nouvelles façons de conduire sa vie professionnelle après une longue période dans le salariat, les solutions d'accompagnement et de réalisation, comment trouver les opportunités et contourner les difficultés ?
-  **Slow business : décélération et détoxification du temps professionnel** A partir de son expérience personnelle et de quelques cas de slow business leaders, **Pierre Moniz-Barreto** nous aidera à prendre conscience de la nécessité de décélérer et de détoxifier notre temps. Il prolongera par un éclairage théologique visant à nourrir notre discernement spirituel face à l'accélération du temps.
-  **Une finance aux temps multiples** La finance, GPS indispensable au pilotage de l'entreprise ou baromètre réducteur du présent et du futur de l'entreprise ? La finance joue-t-elle encore son rôle de miroir fidèle de l'avenir tel que perçu par le marché ? Cette assemblée sera l'occasion d'interroger le rapport de la finance au futur.
-  **Transition écologique** Face au dérèglement climatique, quels sont, dans les entreprises, en particulier celles du domaine agro-industriel, les leviers pour préserver l'avenir de la planète et notamment celui des populations les plus pauvres ?

### ATELIERS PARTICIPATIFS

-  **Accélérer jusqu'au risque du burn-out** Le « burn-out » ou épuisement professionnel peut concerner toutes les professions qui demandent un investissement personnel intense. Nous réfléchirons d'abord sur le burn-out lui-même, puis sur notre action en tant que sujet, acteur ou spectateur d'une situation de burn-out.
-  **Capsule temporelle : s'écrire une lettre à soi-même dans le futur** Découvrez lors de cet atelier cet outil original de développement personnel permettant d'interroger son propre rapport au temps ainsi que de relire sa vie !  
Pour en savoir plus : <http://blog.chrisdelepierre.fr/2015/08/la-capsule-temporelle-ou-lexperience-de.html>
-  **Equilibre de vie, "l'âme du sport et sport de l'âme"** Prendre le temps de cultiver autant son corps que son âme pour être en forme physiquement et spirituellement. Le **Père PICHON**, athlète de haut niveau, nous invite à entraîner notre corps et notre esprit pour un équilibre de vie plus serein !
-  **Méditation : travail au rythme du numérique** Les outils numériques sont souvent accusés de nous disperser. Comment mieux en faire des amis ? A chacun de nous de le choisir et de le décider. Cet atelier animé par Bernard Bougon s.j. proposera une manière de méditer seul et avec d'autres pour préparer de tels choix.
-  **Ordonner son temps selon Saint Ignace** Cet atelier se propose en réponse aux constats suivants :  
- Ce qui fait obstacle à la maîtrise du temps se trouve d'abord en soi-même.  
- Nous ne connaissons pas assez ni nous-mêmes, ni le temps.  
- Nous nous laissons trop encombrer par nous-mêmes et par les autres.
-  **Au rythme du temps de Dieu avec les Frères des Ecoles Chrétiennes de Saint-Denis** Espace prière. Prière animée par les Frères des Ecoles Chrétiennes de Saint-Denis

## Séquence n°3 : samedi 12 novembre 17h30

### GRANDE ASSEMBLEE



#### L'Afrique au cœur du mouvement

Une grande assemblée sur « L'Afrique au cœur du mouvement »  
L'Afrique connaît aujourd'hui une accélération de son développement.  
Quelles sont les conditions pour que cette transformation se réalise au bénéfice du continent ?

### ASSEMBLEES INTERACTIVES



#### Branding personnel (comment gérer sa marque perso)

Cette assemblée sera animée par **Béatrice Cuvelier**, ex DG d'AltaVista France, pionnière du Personal Branding francophone. Son intervention : sa vision décalée du Personal Branding, les bases et les enjeux d'une marque personnelle, et par quoi commencer lorsqu'on est cadre ou dirigeant.



#### Equilibre vie professionnelle et vie familiale

Quels sont aujourd'hui les compromis possibles au sein d'un couple entre le travail de chacun et l'équilibre familial pour les enfants ? Face à la complexité des situations, comment intégrer cet enjeu social dans la culture d'entreprise, son style de management et ses choix stratégiques ?



#### La Communication Non Violente, des mots pour rejoindre notre humanité...

Mesurer le temps perdu en malentendus, conflits, manque d'écoute de la vie en nous. Prendre le temps d'écouter ce qui se vit au-delà des émotions, des jugements et des reproches. Nous donner quelques repères concrets pour soutenir notre intention de prendre soin des personnes au quotidien.



#### Microcrédit : la solidarité au service de l'insertion

**Arnaud Poissonnier**, CEO de Babyloan, 1ère plateforme Internet de microcrédit en Europe, et **Cédric Tixier**, professionnel de la gestion d'actifs, présenteront le microcrédit et répondront aux questions sur son fonctionnement, l'apport des nouvelles technologies et les caractéristiques des projets qui réussissent.



#### Le temps de l'éducation

Deux expériences associatives, soutien scolaire aux immigrés, mixité à l'école handicapés / non handicapés, conjuguées à l'expertise de **Marie-Aleth Gard**, vice-présidente d'ATD Quart Monde, aideront à débattre de la nécessaire adaptation au rythme de chacun pour tendre vers la réussite pour tous.



#### Un temps spirituel au cœur des tours

Comment créer et faire vivre au cœur de nos lieux de travail un espace d'accueil et de rencontre pour tous, un temps de respiration et de relecture à la lumière de l'Évangile, un moment de réflexion pour ceux qui cherchent à mettre l'homme au centre de l'entreprise et de la vie sociale ? Différentes expériences apporteront réponse à cette question.



#### Les mutations nécessaires à l'insertion du migrant

**Michel Croc**, directeur du Réseau WELCOME et **JC Metraux**, psychiatre et psychothérapeute suisse, engagés auprès de l'accueil des migrants exposeront la question du temps nécessaire – d'une part à l'apprentissage par le migrant de la société qui l'accueille, – d'autre part à la reconnaissance par l'autochtone de sa propre altérité pour accepter l'autre.



#### Préserver le temps de la réflexion

Avec **Elisabeth Marshall** (rédaction en chef la Vie) et **Fabrice Midal** (philosophe et fondateur de l'École occidentale de Méditation). "Méditer pour réapprendre à habiter le temps". Alors que nous courons sans cesse dans nos journées, la Méditation, paradoxalement, nous redonne du temps. Avec des exercices pratiques, interactifs et guidés pour s'initier à la pleine présence au monde.



#### Se (re)construire demande du temps (Mas de Carles)

**Roseline Ponceau**, ancienne directrice du Mas de Carles, expose l'histoire et la pratique de ce lieu à vivre qui accueille des personnes en grandes difficultés. Pour se construire ou se reconstruire, on laisse le temps au temps : on offre du temps, on laisse chacun prendre le temps de se refaire, la durée du séjour n'est pas limitée.



#### Robotisation du médecin et de la réification du malade

La médecine techno scientifique a permis d'immenses progrès. Cependant, il semble que « la main relationnelle » du médecin soit moins agile. Il s'agira de comprendre en quoi la capacité du médecin à cheminer avec son patient est essentielle y compris dans le processus de guérison de maladie grave, quelles sont les compétences mobilisées et les résistances à vaincre.

### ATELIERS PARTICIPATIFS



#### Invitation à la contemplation – Prière guidée

Dès les origines, la foi au Christ-Jésus a suscité la prière communautaire et personnelle. Cet atelier, s'inspirant des Exercices spirituels, propose de découvrir une forme de prière contemplative pour les hommes et les femmes d'action.



#### Ma vie s'accélère, comment je réagis concrètement ?

L'atelier sera consacré à des partages d'expérience des participants sur leur vécu de l'accélération dans leur vie personnelle et au travail, après une courte intervention de **Sylvain Sciaraffa**, médecin, sur les capacités d'adaptation du cerveau humain à la révolution numérique.



#### Prendre le temps de savourer les fruits de la terre

A travers la confection et la dégustation de jus de fruits et de légumes, permettre à chacun de

- Prendre le temps de goûter aux bienfaits de la Création
- Echanger sur la nécessité et le plaisir d'un partage équitable et durable des fruits de la Création, par un partage d'expériences et d'initiatives



#### Au rythme de Dieu avec les Filles de la Charité de la Courneuve

Espace prière. Prière animée par les Filles de la Charité de la Courneuve