

Conférence

Le bien être clef de la performance en expédition !

- ✓ *Liens Performance & Sérénité*
Pourquoi l'un sans l'autre est une illusion
- ✓ *Témoignage filmé d'une situation de stress :*
La traversée des torrents durant la traversée de l'Himalaya
- ✓ *Le bien-être : cet inconnu multiforme*
- ✓ *Comment le sens induit ou non la performance :*
comparaison de trois expéditions :
 - Expédition Himlung Himal : la performance en trompe l'œil
 - Traversée de l'Himalaya par Carole Soubiran : lorsque sens et performance se contrôlent réciproquement
 - Expédition de sourds à proximité du pôle Nord : bien-être et sens démultiplicateurs de performance
- ✓ *Effet du sens sur les situations de stress*
- ✓ *Capacité de résistance à la pression et de concentration dans le temps : la réalité à exploiter et les leurreurs qui nous guettent*
- ✓ *Les états de très haute performance :*
la magie lorsque sens, croyance et compétence sont alignés !
- ✓ *Conclusion*

Olivier Soudieux, 37 ans

Passionné d'aventures, Olivier partage son temps entre expéditions, formations en entreprises et conférences.

Il connaît l'entreprise, à travers douze années passées au sein de sociétés de services en informatique, dont dix comme chef de projet chez Capgemini.

Sa pratique de la montagne en France et ses expéditions himalayennes lui ont également donné l'opportunité de vivre seul ou en groupe des expériences hors normes dans des environnements exigeants.

Fort de cette double expérience, il partage sa passion en posant des passerelles entre les univers de l'entreprise et de l'aventure, sur des sujets tels que la maîtrise des risques ou la gestion du stress.

Olivier a déjà donné plusieurs centaines de conférences en Europe et en Amérique.

Membre actif de l'association des conférenciers professionnels, il est l'auteur du livre et co-réalisateur du film « Le chemin des cimes » qui retracent sa traversée de l'Himalaya à pied avec Carole Soubiran.

