



Connectez-vous à vous-même

Chade-Meng TAN

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Connectez-vous à vous-même Chade-Meng TAN

 [Telecharger Connectez-vous à vous-même ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Connectez-vous à vous-même ...pdf](#)

Connectez-vous à vous-même

Chade-Meng TAN

Connectez-vous à vous-même Chade-Meng TAN

Téléchargez et lisez en ligne Connectez-vous à vous-même Chade-Meng TAN

336 pages

Présentation de l'éditeur

Nominé pour le prix Nobel de la Paix, **Chade-Meng TAN** a généralisé chez Google la pratique de la méditation et de la pleine conscience comme outil de bien-être au travail, avec son programme " Connectez-vous à vous-même ". Il est président de la fondation caritative Tan Teo et fondateur du centre pour la recherche et l'enseignement de la compassion et de l'altruisme à l'université de Stanford.

Et si vous pratiquiez la méditation là où vous passez le plus clair de votre temps, c'est-à-dire au travail ? C'est l'idée qu'à eue Chade-Meng Tan, un des premiers ingénieurs recrutés par Google. Grâce à cette méthode novatrice, ludique et concrète – testée avec succès sur les employés les plus stressés du géant du Web –, décuplez votre concentration et votre créativité, améliorez vos relations avec les autres et connectez-vous enfin à vous-même !

Illustrations de Colin Goh

Préfaces de Daniel Goleman et Jon Kabat-Zinn Biographie de l'auteur

Parmi les premiers ingénieurs recrutés par Google, Chade-Meng Tan, né à Singapour, a généralisé dans son entreprise la pratique de la méditation et de la pleine conscience comme outil de bien-être au travail, avec son programme " Connectez-vous à vous-même ". Son livre, du même nom, a paru en 2014 aux éditions Belfond. Il est président de la fondation caritative Tan Teo et fondateur du centre pour la recherche et l'enseignement de la compassion et de l'altruisme à l'université de Stanford. Tous ses bénéfices sont reversés au Search Inside Yourself Leadership Institute.

Retrouvez toute l'actualité de l'auteur sur : www.chademeng.com

Download and Read Online Connectez-vous à vous-même Chade-Meng TAN #9ZUFQ8SBIA2

Lire Connectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN pour ebook en ligneConnectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Connectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN à lire en ligne. Online Connectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN ebook Téléchargement PDFConnectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN DocConnectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN MobipocketConnectez-vous à vous-même par Chade-Meng TAN EPub

9ZUFQ8SBIA29ZUFQ8SBIA29ZUFQ8SBIA2