



AVRIL 2009

Introduction

Il y a deux ans maintenant, j'ai accepté la présidence d'ALA Québec et je suis très heureux de l'avoir fait. J'ai appris à mieux vous connaître, j'ai développé de nouvelles amitiés et j'ai vécu des expériences hors du commun. Au début j'appréhendais d'avoir à chausser les souliers de mes prédécesseurs qui avaient fait tant avancer notre association depuis ses débuts il y a trente ans. J'ai eu toutefois la chance d'être entouré d'une équipe du tonnerre et je leur lève mon chapeau car ensemble, nous avons su relever le défi.

Je compte demeurer présent au niveau de l'association, à titre de président sortant, pour appuyer le nouveau comité de direction. Merci à tous pour votre participation et votre appui. Je tiens aussi à souhaiter tout le succès possible au nouveau président et à son équipe. Bienvenue aux nouveaux venus et merci à ceux qui ont fait partie de l'équipe ou qui poursuivent leur implication. Votre dévouement et votre professionnalisme vous honorent.

Au plaisir de vous croiser lors de nos prochaines activités !

Serge Bouthillier MBA, C.A.
Président

Réunions du mois

COMITÉ EXÉCUTIF

1 avril 2009, 12 h à 14 h

Fasken Martineau

Serge Bouthillier, 514-878-3089

COMITÉ DES RESSOURCES HUMAINES

21 avril 2009, 8 h 30 à 10 h

Robinson Sheppard Shapiro

Sylvie Lambert 514 282-7812

COMITÉ DES PETITS ET MOYENS BUREAUX

28 avril 2009, 12 h à 14 h

Crochetière, Pétrin S.E.N.C.R.L.

Manon Désy, 514-954-1500

Activités locales

DÎNER –CONFÉRENCE

14 avril 2009, 12 h à 14 h

Club St-James

Serge Bouthillier, 514-878-3089

Formation juin 2009

Cette année la demi-journée de formation aura lieu le 10 juin prochain au Centre de conférences Le 1000. Le séminaire se tiendra en après-midi et s'intitulera Gestionnaires inspirants : 10 stratégies pour exceller dans vos communications managériales. Notre conférencière sera Isabelle Lord de HEC Montréal.

Nous vous invitons à inscrire dès maintenant cette activité à votre agenda. L'invitation vous sera envoyée sous peu avec tous les détails.

Pierre Pinard
Vice-président

Nouveaux membres

Thérèse Cloutier, contrôleur

Mercier Leduc Avocats, S.E.N.C.R.L.

Doris Dion, directrice - administration

McCarthy Tétrault S.E.N.C.R.L., s.r.l. (Québec)

Nouveaux fournisseurs

Altitude, M. Jason Baxter

Service de distribution de café

Activités internationales

ALA Annual Conference

18 mai au 21 mai, 2009 9 h à 17 h

New Orleans, USA

Serge Bouthillier, 514-878-3089

La philosophie de l'Iceberg

Libérez le potentiel caché en vous

Lorsqu'on regarde un iceberg, nous ne voyons qu'une mince partie de celui-ci, mais la plus importante reste cachée, l'iceberg ne laissant paraître qu'environ 10% de ce qu'il représente, le reste étant submergé; l'humain a aussi, à l'intérieur de lui, une partie qui est submergée, mais qui ne demande qu'à émerger.

La philosophie de l'Iceberg a pour but de nous apprendre à libérer ce potentiel caché, ce que l'on appelle, le PLEIN POTENTIEL. Pour ce faire, certains éléments vitaux doivent être présents.

Le premier élément est le développement de l'intelligence émotionnelle, cette intelligence qui nous permet, en tant qu'individus, d'atteindre le bonheur, l'épanouissement, l'équilibre et le succès dans toutes les sphères de notre vie. La développer représente un défi pour bon nombre de personnes. Lorsque l'on parle de l'intelligence émotionnelle, on fait référence à quatre sphères bien distinctes, soit :

- la capacité à reconnaître ses émotions;
- la faculté de gérer ses émotions;
- l'aptitude à reconnaître les émotions vécues par les autres, ce qu'on appelle la conscience des autres;
- la faculté de bien gérer nos relations avec autrui.

Voilà un travail de toute une vie mais qui peut nous permettre de nous épanouir en tant qu'êtres humains et de nous rendre plus heureux.

Le second élément est la reconnaissance. La reconnaissance à divers niveaux, tout d'abord au niveau de ce que nous possédons, mais aussi à l'égard des autres. Apprenons à être plus reconnaissants envers la vie et envers les gens autour de nous.

Le troisième élément est l'attitude. Une étude très intéressante a été publiée par l'Université Harvard il y a quelques années, à l'effet que 76% des gestionnaires classaient l'attitude parmi les trois facteurs les plus importants lors de l'embauche d'un nouveau candidat.

Le quatrième élément et non le moindre est le plaisir. Pourquoi parler du plaisir? Parce que le plaisir est sans contredit un des dénominateurs communs chez l'ensemble des personnes qui ont réussi leur vie. Elles ont du plaisir dans la vie et cela est

indéniablement gage de succès. Remettons donc du plaisir au quotidien dans notre vie.

Vous aurez compris qu'il n'y a effectivement pas de miracle, mais il y a sans contredit des éléments qui nous aident à atteindre le succès, le bonheur, la paix intérieure et finalement notre PLEIN POTENTIEL.

Cultiver et développer ces quatre éléments est un travail de longue haleine, mais le jeu en vaut la chandelle. Si vous récoltez une vie meilleure, n'est-ce pas invitant de travailler ces éléments pour être plus heureux?

Stéphanie Milot, B.Sc., Psyt.
Conférencière et auteure
www.stephaniemilot.com

Inscription

Pour vous inscrire ou pour obtenir des informations supplémentaires, veuillez contacter la personne responsable de l'activité. Pour les activités internationales ou les conférences téléphoniques, veuillez consulter directement le site de ALA International au www.alanet.org

Comment nous joindre

ALA Québec

Case postale 433
Succursale B
Montréal (Qc) H3B 3J7
Courriel : information@alaquebec.org
Site Internet : <http://www.alaquebec.org>