

## PROGRAMME DU 16 NOVEMBRE 2023

### QUELLES ACTIVITÉS PSYCHO-CORPORELLES POUR SE RESSOURCER DANS SON QUOTIDIEN ?

- |              |  |  |
|--------------|--|--|
| <b>09H00</b> | <b>Accueil des participants</b><br>Raphaëlle Kwantes – Trésorière adjointe de l'AIUF et secrétaire générale de l'URPS orthophoniste<br>Catherine Cornibert – Directrice générale de SPS, docteur en pharmacie  |  |
| <b>09H20</b> | <b>Présentation de l'association SPS : Comment prendre en charge la souffrance des professionnels de la santé en libéral ?</b><br>Catherine Cornibert  | <b>AMPHI</b>   |
| <b>10H00</b> | <b>Ateliers au choix</b><br><b>MAÎTRISER EFFICACEMENT SON TEMPS ET SES PRIORITÉS</b><br>Hélène Kolsky – Docteur en médecine, coach en (re)positionnement professionnel (Conseil Coaching Kolsky)<br><b>LE SOMMEIL, BAROMÈTRE ET RÉGULATEUR DE L'HUMEUR</b><br>Sylvie Royant-Parola – Psychiatre et spécialiste des troubles du sommeil, présidente du Réseau Morphée<br><b>COMMUNICATION NON VIOLENTE</b><br>Tara Leroux et Hélène Saidana – Coaches professionnelles certifiées et fondatrices du cabinet de conseil et coaching Eye Contact Int.<br><b>MANAGEMENT ÉMOTIONNEL ET GESTION DES CONFLITS</b><br>Yann Mikaeloff – Professeur d'Université, praticien hospitalier en neuropédiatrie, psychothérapeute, formateur en parcours spécialiste TOP   | <b>RDC</b><br><b>AMPHI</b><br><b>NIV. -1</b><br><b>NIV. -2</b> |
| <b>11H00</b> | <b>Pause</b>   |  |
| <b>11H15</b> | <b>Plénière</b><br><b>DÉSERT MÉDICAL ET SURBOOKING DES LIBÉRAUX , COMMENT Y FAIRE FACE ? ORGANISATION, COMMUNICATION, GESTION DU STRESS</b><br>Célia Belrose – Docteur en psychologie clinique et neurosciences  | <b>AMPHI</b>   |
| <b>12H15</b> | <b>Pause déjeuner</b>  |  |
| <b>13H45</b> | <b>Ateliers au choix</b><br><b>SE LANCER DANS SON PROJET LIBÉRAL AVEC SÉRÉNITÉ ACQUÉRIR LES BASES JURIDIQUES DE SON NOUVEAU STATUT</b><br>Cathy Trantoul et Cédric Delton – ANGIIL<br><b>L'ASSIETTE SANTÉ DU CERVEAU</b><br>Marthe Grob – Docteure en pharmacie, consultations en micronutrition, nutrition santé, neuronutrition<br><b>ÉMOTIONS, LES DÉCRYPTER POUR EN FAIRE UNE FORCE</b><br>Tara Leroux et Hélène Saidana – Coaches professionnelles certifiées et fondatrices du cabinet de conseil et coaching Eye Contact Int.<br><b>MINDFULNESS / PLEINE CONSCIENCE</b><br>Alice Duflot – Enseignante de méditation de pleine conscience-mindfulness et instructrice MBSR   | <b>RDC</b><br><b>AMPHI</b><br><b>NIV. -1</b><br><b>NIV. -2</b> |
| <b>14H45</b> | <b>Pause</b>   |  |
| <b>15H00</b> | <b>Ateliers au choix</b><br><b>L'ART-THÉRAPIE, MON BIEN-ÊTRE ANTI-STRESS</b><br>Sonia Dupont Bonnamour – Art-thérapeute, diplômée des Beaux-arts de Lyon, spécialisée dans la prise en charge de la souffrance au travail par le biais de techniques créatives<br><b>L'ASSIETTE SANTÉ DU CERVEAU</b><br>Marthe Grob – Docteure en pharmacie, consultations en micronutrition, nutrition santé, neuronutrition<br><b>LA CULPABILITÉ, COMMENT LA TRANSFORMER ?</b><br>Tara Leroux et Hélène Saidana – Coaches professionnelles certifiées et fondatrices du cabinet de conseil et coaching Eye Contact Int.<br><b>AUTOHYPNOSE ET MÉDITATION</b><br>Christine Chalut-Natal Morin – Sage-femme clinicienne acupuntrice et hypnothérapeute, vice-présidente du Collège National des Sages Femmes (CNSF) | <b>RDC</b><br><b>AMPHI</b><br><b>NIV. -1</b><br><b>NIV. -2</b> |
| <b>16H15</b> | <b>Discours de clôture</b><br>Avec la participation des intervenants   |  |