

PROGRAMME DU 18 MARS 2021

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

OBJECTIFS :

- Déclencher une véritable prise de conscience pour adopter des comportements vertueux de prévention de sa santé.
- Proposer des solutions concrètes de prévention à travers des échanges pratiques.

09H30

Accueil des participants

Eric Henry – Médecin généraliste, président de SPS

Catherine Cornibert – Docteur en pharmacie, dirige les actions et la communication de SPS

09H45

Plénière

Didier Jaffre – Directeur de l'offre de soins ARS Île-de-France

Anne-Sophie Hadelier – Présidente de l'AIUF

10H15

Pause

10H30

Ateliers

MINDFULNESS

Brigitte Gamby-Cerf – Psychologue clinicienne (Université de Paris-Nanterre), créatrice de l'association Être et Accueillir

LES FONDAMENTAUX JURIDIQUES DE L'EXERCICE LIBÉRAL

Agathe Blondeaux – Juriste Fiducial

À LA DÉCOUVERTE DE L'ARBRE DE VIE POUR SE RESSOURCER

Véronique Geslin – Coach formatrice et conférencière

PRÉVENIR ET AGIR SUR LA VULNÉRABILITÉ GRÂCE À L'AUTO DÉFENSE

Antoine Le Touzé – 2^e darga de Krav Maga, dirigeant de Hors de Conflit

11H45

Présentation de l'association SPS

Pauline Dubar – Responsable de projets de santé publique SPS

12H30

Déjeuner

13H30

Ateliers

ALIMENTATION INTUITIVE

Vincent Attalin – Médecin nutritionniste, médecin du sommeil, co-fondateur du carnet de suivi Avitam, praticien hospitalier CHU Montpellier et laboratoire du sommeil Clinique Beausoleil

PRÉVENIR LE BURN OUT

Delphine Demaison – Co-fondatrice de Catalyse, cabinet de coaching dédié au secteur de la santé

LES VRAIES FAUSSES IDÉES SUR LE SOMMEIL

Gilbert André – Médecin généraliste et praticien hospitalier au centre de douleur du CH au Puy-en-Velay

LA RELATION SOIGNANT/SOIGNÉ, LA COMPLEXITÉ DE L'IMPLICATION

Jean-Michel Pourtier – Cadre infirmier de formation, praticien en communication Ericksonienne, titulaire d'un master en neurosciences comportementales

14H30

Pause

15H00

Ateliers

MINDFULNESS

Brigitte Gamby-Cerf – Psychologue clinicienne (Université de Paris-Nanterre), créatrice de l'association Être et Accueillir

PRÉVENIR ET AGIR SUR LA VULNÉRABILITÉ GRÂCE À L'AUTO DÉFENSE

Antoine Le Touzé – 2^e darga de Krav Maga, dirigeant de Hors de Conflit

LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

Jean-Michel Pourtier – Cadre infirmier de formation, praticien en communication Ericksonienne, titulaire d'un master en neurosciences comportementales

PRENDRE SOIN DE SOI POUR PRENDRE SOIN DES AUTRES

Véronique Geslin – Coach formatrice et conférencière

16H15

Discours de clôture

Yvan Tourjansky – Secrétaire général de l'AIUF

Avec la participation des intervenants