

PROGRAMME DU 4 MARS 2025

UNE SEULE SANTÉ POUR LES SOIGNANTS, POUR MIEUX VIVRE SON QUOTIDIEN PROFESSIONNEL ET PERSONNEL

9H30 Accueil des participants

Lana Richard – Responsable du département des professions de santé en établissements
au sein de l'ARS Bretagne
Catherine Cornibert – Docteur en pharmacie, directrice générale de SPS

9H45 Présentation de l'association SPS

Sylvie Poulain Langlois – Déléguée régionale Bretagne de l'association SPS

10H15 Plénière

BIEN ÊTRE RELATIONNEL ET GESTION DES ÉMOTIONS

Maud Nivet – Infirmière, formatrice en santé relationnelle et communication,
fondatrice de Phase Plus, Communiquez en harmonie

11H15 Présentation des ateliers

Yohann Guyomarch – Ambassadeur régional Bretagne de l'association SPS

11H30 Ateliers au choix

OPTIMISATION DU POTENTIEL ET PERFORMANCE

Sylvia Van der Vossen – Psychologue, experte TOP

PRENDRE SOIN DE SOI POUR MIEUX PRENDRE SOIN DES AUTRES

Anne Laure Fraga – Instructrice MBSR, déléguée régionale Bretagne

ALIMENTATION SANTÉ : COMMENT RÉCONCILIER LES OBJECTIFS SANTÉ, LE PLAISIR ET LA VIE SOCIALE

Jacques Delarue – PU-PH de Nutrition, chef du Département de Nutrition du CHRU
de Brest

12H45 Pause déjeuner

13H45 Présentation des ateliers

Anne-Laure Fraga – Déléguée régionale Bretagne de l'association SPS

14H00 Ateliers au choix

SOIGNANTS EN MOUVEMENT : PRÉVENTION DES TMS

Sophie Viollette – Kinésithérapeute

SENS DU TRAVAIL, SENS AU TRAVAIL

Sylvie Serre – Experte de la prévention du burn-out et la reconstruction post burn-out
réseau RPBO, consultante et formatrice

FATIGUE ET ÉNERGIE : S'AUTO-RÉGULER AVEC LA PLEINE CONSCIENCE

Hélène EBENGA ZULA – Instructrice MBSR, infirmière, déléguée régionale Bretagne

15H15 Discours de clôture

Catherine Cornibert avec la participation des intervenants

Retrouvez le programme et inscrivez-vous sur
www.asso-sps.fr/prevention/atelier/jades-4-mars-2025