

PROGRAMME DU 29 NOVEMBRE 2025

MARTINIQUE : MOBILISÉS POUR LE MIEUX-ÊTRE DES SOIGNANTS

08h30 Accueil des participants

Représentant de l'ARS Martinique

09h00 Présentation de SPS

Régine Edragas, Médecin et déléguée régionale de la région Martinique au sein de l'association SPS

Sandra Saint-Jean-Thérèse, Cadre de santé et déléguée régionale de la région Martinique au sein de l'association SPS

09h15 Plénière

Prendre soin de soi pour mieux soigner : activité physique, nutrition et sommeil au service du bien-être professionnel - Animé par **Peddy Caliari** – Maître de conférence en psychologie à l'Université des Antilles

10h45 Pause et inscription aux ateliers

11h00 Atelier au choix

Intégrer l'activité physique au quotidien – animé par **Audrey Euranie** – Infirmière prévention et santé au travail, coach sportif, licence STAPS

Un temps pour le lien, un souffle pour l'équipe « introduction aux outils de la qualité relationnelle » – animé par **Raymond Conseil** – Praticien hospitalier et médiateur

Boîte à outils de gestion du stress : ou comment agir pour améliorer mon quotidien – animé par **Coline Gouyer** – Psychologue spécialisée en neuropsychologie

Le souffle dans tous ses états : apprendre les respirations qui nous aident à gérer le stress – animé par **Kathy François** – Psychologue et psychothérapeute

12h15 Pause gourmande

En partenariat avec

EN PRÉSENTIEL

PROGRAMME DU 29 NOVEMBRE 2025

MARTINIQUE : MOBILISÉS POUR LE MIEUX-ÊTRE DES SOIGNANTS

13h45 Atelier au choix

Intégrer l'activité physique au quotidien – animé par **Audrey Euranie** – Infirmière prévention et santé au travail, coach sportif, licence STAPS

Mon assiette, le premier de mes soins – animé par **Robert Bouanda** – Docteur en nutrition et alimentation

Boîte à outils de gestion du stress : ou comment agir pour améliorer mon quotidien – animé par **Coline Gouyer** – Psychologue spécialisée en neuropsychologie

Le souffle dans tous ses états : apprendre les respirations qui nous aident à gérer le stress – animé par **Kathy François** – Psychologue et psychothérapeute

15h00 Atelier au choix

Intégrer l'activité physique au quotidien – animé par **Audrey Euranie** – Infirmière prévention et santé au travail, coach sportif, licence STAPS

Mon assiette, le premier de mes soins – animé par **Robert Bouanda** – Docteur en nutrition et alimentation

Un temps pour le lien, un souffle pour l'équipe « introduction aux outils de la qualité relationnelle » – animé par **Raymond Conseil** – Praticien hospitalier et médiateur

Boîte à outils de gestion du stress : ou comment agir pour améliorer mon quotidien – animé par **Coline Gouyer** – Psychologue spécialisée en neuropsychologie

16h15 Discours de clôture

Avec la participation des intervenants

En partenariat avec