

Programme / Jeudi 13 octobre 2022

8h00-8h45

9h00-9h30

9h30-10h30

Pause 30 mn

11h00-12h00

12h00-13h30

13h30-14h30

14h45 -15h45

Pause 30 mn

16h15 – 17h15

17h15 – 17h30

E
X
P
O
S
I
T
I
O
N

C
O
N
T
I
N
U
E

Ouverture des portes - Café d'accueil

Introduction inaugurale et échauffement

Conférence : Fatigue professionnelle (constats et repérages)

Comment gérer l'épuisement pro (pistes de solutions)

Pause déjeuner

Ateliers

Atelier 1
Aromathérapie

Atelier 2
Réflexologie
plantaire

Atelier 3
Hypnose

Atelier 4
Sophrologie

Ateliers

Atelier 5
Yoga

Atelier 6
Méditation

Atelier 7
Lithothérapie

Atelier 8
Shiatsu

Quel sport pour quel profil ?

Clôture - Fermeture des portes

2ème Forum des
IDEL Nouvelle-
Aquitaine

Cité mondiale
Bordeaux

**« Laissez un message, je
prends soin de moi! »**



Programme / Vendredi 14 octobre 2022

8h00-8h45

9h00-9h30

9h30-10h30

Pause 30 mn

11h00-12h00

12h00-13h30

13h30-14h30

Pause 30 mn

15h00 – 16h00

16h00 -16h30

E
X
P
O
S
I
T
I
O
N

C
O
N
T
I
N
U
E

Ouverture des portes - Café d'accueil

Introduction inaugurale et échauffement

Les maux des soignants : gestion de la violence

Ateliers

Atelier 9
Sonothérapie

Atelier 10
Gestion du stress
et des émotions

Atelier 11
Hypnose

Atelier 12
Méditation

Pause déjeuner

Ateliers

Atelier 13
PNL

Atelier 14
Bien manger pour
prendre soin de soi

Atelier 15
Yoga

Atelier 16
Aromathérapie

Le sevrage tabagique

Les bonnes postures

Clôture - Fermeture des portes

2^{ème} Forum des IDEL
Nouvelle-Aquitaine

Cité mondiale
Bordeaux

Constat : fatigue,
burnout, crise
sanitaire

Solutions pour se
sentir mieux et
mieux accompagner
les patients

