

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 14 SEPTEMBRE 2018

COÛT : 50 \$ POUR LES MEMBRES

75 \$ POUR LES NON-MEMBRES

NOM : _____
ADRESSE : _____
TÉL. : _____ N° DE PERMIS : _____
PROFESSION : _____
ADRESSE COURRIEL : _____
CHÈQUE : _____ ARGENT : _____ EMPLOYEUR : _____

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les frais d'inscription couvrent :

la documentation, la pause-santé de l'avant-midi (café, jus, pommes), la conférence et le dîner (formule buffet).

Les unités d'éducation continue (UEC) ne sont pas comprises. Chaque participant devra faire une démarche auprès de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue pour les obtenir au coût de 30 \$ plus taxes. La procédure sera jointe dans votre pochette.

Aucun document papier ne sera disponible.

Coût : 50 \$ pour les membres et
75 \$ pour les non membres

Note : Vous vêtir en conséquence d'une salle climatisée

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

14 septembre 2018

Aucun remboursement
de frais d'inscription après cette date.

Faites parvenir votre formulaire d'inscription
et votre paiement à :

ORIIAT
5-210, avenue du Lac
Rouyn-Noranda (Québec) J9X4N7
Téléphone : 819-762-3768
Télécopieur : 819-762-3760

COMITÉ ORGANISATEUR

Sylvie Thérberge
Claire Maisonneuve
Normand Lemieux
Lorraine Lamontagne
Danielle Gélinas

Vivre sa profession au quotidien
Comment y arriver ?



Journée éducative

Ordre régional
des infirmières et infirmiers
de l'Abitibi-Témiscamingue **28 septembre 2018**

Hôtel Gouverneur Le Noranda

CONFÉRENCIER

François Lemay

François Lemay est conférencier international et spécialiste en psychologie de la performance et en enseignement de la pleine conscience. Fondateur de l'Académie Kaizen, il a cette facilité de vulgariser les principes de base de l'art de se réaliser pleinement et d'activer notre véritable potentiel, et surtout les rend plus accessibles à tous. Conférencier également formé en programmation neurolinguistique et hypnose.

Auteur du livre best-seller *Tout est toujours parfait !*, ses enseignements sont aujourd'hui partagés dans de nombreuses entreprises, écoles et institutions partout dans le monde. Son message s'adresse tout autant aux leaders et gestionnaires du côté corporatif, de même qu'aux parents et aux éducateurs grâce à son autre livre best-seller *Reconnecte avec toi*.

Tous s'entendent pour dire que François Lemay est aujourd'hui une référence incontournable en matière de développement du potentiel humain.

HORAIRE DE LA JOURNÉE

Objectif général :

Activer son potentiel professionnel

Objectifs spécifiques :

Comment atteindre le meilleur de soi

Reconnaître ses forces

Composer avec le changement

Se protéger contre les émotions négatives

Retrouver le plaisir au travail

8 h 15 Accueil et mot de bienvenue

8 h 45 à 10 h 15

Changement, cycle de la vie, exercice de cohérence cardiaque

10 h 15 à 10 h 30 *Pause*

10 h 30 à 12 h

L'observation, le pattern de la performance, la responsabilité, l'impact.

12 h à 13 h *Diner*

13 h à 14 h 45

Thèmes : Soutien, entraide et compassion. Exercice en lien avec les valeurs. Méditation guidée avec de la musique.

14 h 45 à 15 h *Pause*

15 h à 16 h

Exercice d'intégration sur la matière vue dans la journée, période de questions pour le conférencier.

16 h à 16 h 30 Échanges et période de questions

16 h 30 à 17 h *Mot de clôture et tirage*

ORIIAT

5-210, AVENUE DU LAC

ROUYN-NORANDA

J9X 4N7