



Orthophonistes : comment mieux vivre dans son quotidien personnel et professionnel ?

Programme prévisionnel

9h00 - 10h00 : Accueil et partage d'expérience

10h – 11h15 : **Des solutions pour accompagner les orthophonistes** (Conférence plénière)

- L'accompagnement psychologique
- Les actions de prévention pour se sentir bien

11h15 – 11h30 : Pause

11h30 – 12h30 : **Comment retrouver du bonheur dans son travail ?** (Conférence plénière)

12h30 – 14 h: Déjeuner

14h – 15h30 : **Ateliers au choix**

- Atelier 1 : Savoir dire non
- Atelier 2 : Mindfulness
- Atelier 3 : Comment gérer son temps et ses priorités

15h30 - 15h45: Pause

15h45 – 17h15 : **Ateliers au choix**

- Atelier 1 : Savoir dire non
- Atelier 2 : Gestion du stress
- Atelier 3 : La culpabilité, comment la transformer ?

17h15 – 17h30 : Conclusion & partage d'expérience collective