

## PROGRAMME DU 24 OCTOBRE 2024

### QUELLES PRATIQUES POUR MIEUX VIVRE SON QUOTIDIEN PROFESSIONNEL ET PERSONNEL ?

#### 9H30 Accueil des participants

Représentant de l'ARS Occitanie  
Catherine Cornibert – Directrice générale de SPS, docteur en pharmacie

#### 9H45 Présentation de l'association SPS

Karine Pujol – Déléguée régionale Occitanie de l'association SPS

#### 10H15 Plénière

**LE PARTENARIAT EN SANTÉ, UNE DÉMARCHE POUR AGIR SUR LA QVCT**  
Amanda Olivon – Chargée de projet COPS

#### 11H15 Présentation des ateliers

Karine Pujol

#### 11H30 Ateliers au choix

##### SAVOIR GÉRER SON STRESS

Célia Mores – Docteur en neurosciences, conférencière, membre du comité scientifique du réseau national des centres de gestion du stress, chroniqueuse sur Nutriradio

##### LE SOMMEIL

Denis Queneudec – Infirmier et hypnothérapeute

##### ALIMENTATION INTUITIVE

Vincent Attalin – Médecin nutritionniste, médecin du sommeil, co-fondateur du carnet de suivi Avitam, praticien hospitalier CHU Montpellier et laboratoire du sommeil Clinique Beausoleil

#### 12H45 Pause déjeuner

#### 13H45 Plénière

##### LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ FACE À LA VIOLENCE : CONSTAT, PRÉVENTION, ACTIONS

Valentin Bisiaux – Président du Conseil Interdépartemental de l'Ordre des Infirmiers de l'Aude et des Pyrénées-Orientales. Référent Violence et Anne Filipp – Éluée libérale, référente violence, du Conseil Interdépartemental de l'Ordre des Infirmiers de l'Aude et des Pyrénées-Orientales

#### 14H45 Présentation des ateliers

Karine Pujol

#### 15H00 Ateliers au choix

##### MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

Cloé Brami – Médecin cancérologue et docteure en psychologie et philosophie de la pensée

##### MANAGEMENT PARTICIPATIF

Xavier de Boissezon – Professeur de médecine physique et de réadaptation

##### APPRÉHENDER LA RÉSILIENCE

Béatrice Seille – Psychologue

#### 16H15 Discours de clôture

Avec la participation des intervenants