





Accompagner sans s'épuiser

Journée réservée en priorité aux travailleurs actifs dans le secteur de l'insertion socio-professionnelle ou de la santé mentale en province de Luxembourg

Le mardi 30 janvier 2024

Institut Provincial de Formation - Rue du Fortin, 8 à 6600 Bastogne

Accueil Dès 8h30	 Accueil café dans le Hall principal
Matinée De 9h à 12h30	<ul style="list-style-type: none">• Mot de bienvenue <i>Gilles Séverin, président de l'IBEFE Luxembourg</i>• Questionnements sur les évolutions des organisations, le sens du travail, la folie de la norme, les métiers du soin et de l'accompagnement aux personnes, le sentiment d'(in)utilité, perspectives et issues <i>Thomas Périlleux, sociologue et clinicien, professeur à l'Université catholique de Louvain, intervenant dans l'équipe de clinique du travail CITES (ISoL) à Liège</i>• Table-ronde « Qu'est-ce qu'un épuisement professionnel ? Quelle différence entre burnout, épuisement, souffrance au travail... ? Comment identifier l'épuisement ? Quels facteurs le déclenchent ? Comment le prévenir ? Comment s'en remettre et prévenir la rechute... »<ul style="list-style-type: none">○ <i>Stéphanie Leblanc, conseillère en prévention chez Mensura</i>○ <i>Isabelle Douny, psychologue du travail à la clinique du travail Akenis</i>○ <i>Maud Gerday, psychologue clinicienne au CRF La Cordée</i>○ <i>Victoria Defeche, Coach chez Com Vic'Tion</i>○ <i>Dr Anne-Laure Lenoir, médecin et professeure à l'ULiège</i><p>Animateur : <i>Didier Rasch, chargé de projets au Service provincial social et santé</i></p>• Clôture <i>Marielle Damoiseau, Directrice Activation</i>
Lunch De 12h30 à 13h30	 Lunch « santé » (Bibliothèque centrale de la Province, Melimpus, dédicaces Th. Périlleux)
Après-midi De 13h30 à 15h30	Ateliers (un atelier par personne !) <ul style="list-style-type: none">• Atelier 1 Jeu « D-stress » et « Triangle dramatique, quel est notre rôle ? »• Atelier 2 Le sens du travail• Atelier 3 Relation corps esprit : Impact du stress sur notre tonus fascial. Comment aborder les tensions corporelles ?• Atelier 4 Mise en mouvement et nutrition• Atelier 5 Balance stressseurs-ressources• Atelier 6 Présentation et initiation au Feldenkrais• Atelier 7 Journal guérisseur