# Rencontre santé.



CES CHUTES QUI NOUS TIENNENT DEBOUT

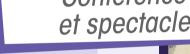
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



• Deuil • Burn-out • Maladie • Séparation • Crises



Conférence et spectacle





## 26 novembre 2019 de 13h30 à 17h



Sur inscription / Renseignements :

Aurélia Plénet a.plenet@mfara.fr N° Tél. 04 75 80 80 48

Cité de la Musique 3 Quai Sainte-Claire **26100 Romans** 

Inscription avant le vend. 15 novembre

### Intervenants

- Christelle Avrain, infirmière et formatrice en santé au travail, sophrologue. Intervention théâtralisée.
- Joran Farnier, psychologue
- Emmanuel Delessert, auteur et philosophe







**#Rencontresanté** 











La MGEN, la Mutualité française Auvergne Rhône-Alpes et le CCAS de la Ville de Romans-sur-Isère organisent une conférence/spectacle intitulée :

## Ces chutes qui nous tiennent debout

Mardi 26 novembre 2019 de 13h30 à 17h

#### PROGRAMME

13h15 • Accueil

13h30 • Ouverture de l'après-midi

13h45 • Métamorphose : du burnout à la rencontre de soi, un spectacle de Christelle Avrain. Dans un écrin de poésie et d'humour, Christelle retrace le fil rouge de sa vie professionnelle qui la mène du soin technique au prendre soin grâce au burn-out. Par cette expérience, elle traverse les différentes couches de son identité pour plonger dans la transformation et la révélation d'une réalité différente de ce qu'elle croyait. À travers ce récit vivant, interactif, sensible, elle questionne l'essentiel de notre vie.

14h45 • Psychologie positive et capacités de résilience (Joran Farnier, psychologue)

15h30 • Philosophie et résilience (Emmanuel Delessert, philosophe)

16h30 • Questions avec le public

**17h00** • Collation gourmande

#### **INSCRIPTION**

Nombre de places limité.

Inscription avant le vendredi 15 novembre auprès d'Aurélia Plénet :

par mail : a.plenet@mfara.fr
par téléphone : 04 75 80 80 48