

Rencontre santé

CES CHUTES QUI NOUS TIENNENT DEBOUT



MUTUALITÉ
FRANÇAISE

AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



GROUPE vyv

ROMANS
SUR
ISÈRE



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

• Rebondir • Surmonter • Continuer
• S'adapter • Dépasser



Conférence
et spectacle



Mardi

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**