

Formulaire d'inscription

- Par la poste
- Par Internet au www.equipealmalacsaintjean.com
- Par télécopieur au 418 662-3297

Coût d'inscription 45 \$ / personne (taxes incluses)

Déjeuner continental et dîner inclus.

Paiement par chèque seulement à l'ordre du CLD Lac-Saint-Jean Est.

Seul le paiement garantira votre inscription.

Prénom _____

Nom _____

Entreprise / Organisation _____

Adresse _____

Ville _____ Code postal _____

Téléphone _____

Courriel _____

Occupation _____

ATELIER

1^{er} choix A B C D E

2^e choix A B C D E

Date limite de réception du paiement :
22 mars 2013

Pour plus d'information :
www.equipealmalacsaintjean.com



En partenariat avec :



Équipe Alma-Lac-Saint-Jean est formée des partenaires suivants :



Centre de santé et de services sociaux de Lac-Saint-Jean-Est



28
MARS
2013
HÔTEL
UNIVERSEL
d'Alma

COLLOQUE
en ressources
humaines

Santé psychologique

Quand la
santé
va
tout va!

Mieux-être



Travail



www.equipealmalacsaintjean.com

HEURE	MATINÉE
8 h 8 h 30	Accueil et déjeuner continental Allocution d'ouverture Mot de bienvenue de Mme Roxanne Thibeault, présidente d'Équipe Alma-Lac-Saint-Jean et Mme Lison Rhéaume, directrice régionale d'Emploi-Québec
8 h 45	Stress, travail et performance Conférence de M. Pierrich Plusquellec
10 h	Pause Salon des exposants
HEURE	ATELIERS
10 h 15	ATELIER A La civilité : c'est l'affaire de tous. Animateur : Jérémie Cloutier, Carrefour Jeunesse Emploi Experte : Andrée Allard, Alia Conseil
	ATELIER B Présentéisme et absentéisme, même combat? Animatrice : Louise Landry, Collège d'Alma Experte : Carole Messaoudi, Trigone
	ATELIER C Soyez un EXCELLENT COACH et non un bon boss! Animateur : Gilles Simard Experte : Martine Caron, Réso
	ATELIER D Les comportements manipulateurs : les repérer et les déjouer! Animateur : Pierre Landry, Ville d'Alma Expert : Dominic Paul-Hus, Adecco
	ATELIER E Le droit de gérance et ses aspects légaux: vaut mieux prévenir que guérir... Animateur : Odette Gaudreault, Proco Expert : Me Pierre Parent, Cain Lamarre Casgrain Wells
	PARTICIPATIFS
	MAGISTRAUX
HEURE	DINER
12 h 12 h 30 13 h 15	Cocktail des exposants Repas Salon des exposants
HEURE	APRÈS-MIDI
13 h 30 13 h 45 15 h 15	Activité de retour La performance par le plaisir Conférence de M. Jean-Luc Tremblay Allocution de fermeture



Pierrich Plusquellec Ph.d.
Stress, travail et performance

Pourquoi certaines personnes sont-elles plus réactives au stress que d'autres? Cette conférence traite du stress et de ses effets sur la performance. Les participants découvriront les quatre principaux facteurs qui déclenchent un stress, le fonctionnement de la mémoire et comment le stress peut l'affecter. Vous découvrirez également six méthodes, reconnues scientifiquement, pour contrôler son stress et des trucs pour augmenter l'efficacité au travail.

Pierrich Plusquellec, Ph.d., est éthologue de formation et détient un doctorat en Biologie du comportement de l'Université Paris XIII. Il a travaillé au sein de plusieurs groupes de recherche, notamment à l'hôpital Ste-Justine, au Centre hospitalier universitaire de Québec et au Centre d'étude sur le stress humain à l'hôpital Louis-H. Lafontaine (CESH) dont il est le codirecteur depuis 2009.



Jean-Luc Tremblay
La performance par le plaisir

Empreinte d'humour, cette conférence d'un réalisme étonnant vous démontrera le sérieux du plaisir. Une approche de gestion originale, truffée d'exemples et de pistes d'action, qui s'appuie sur les constituants du plaisir. Elle constitue un temps d'arrêt pour réfléchir sur notre qualité de vie au travail.

Détenteur d'un baccalauréat en administration et d'une maîtrise en administration publique, Jean-Luc Tremblay est un gestionnaire doté d'une expérience peu commune dans un réseau fort complexe. En plus d'avoir siégé à plusieurs conseils d'administration, il a occupé des postes stratégiques dans huit organisations en 32 ans.