

100 eJADES

Tous les mardis et jeudis et les mercredis une semaine sur deux,
de 19h à 20h en visioconférence sur Zoom.

Planning 2021

JANVIER		FÉVRIER		MARS	
5	Management émotionnelle	2	Management et leadership	2	Accompagnement d'équipes
7	Thérapie virtuelle	4	Sommeil	4	Travail de nuit
12	Gestion du stress	9	Gestion du stress	9	Gestion du stress
13	Manager en période de crise	10	Fondamentaux de l'exercice libéral	10	Addiction
14	Activité physique	16	Alimentation	11	Sommeil
19	Alimentation	18	Techniques d'optimisation du potentiel	18	Sens au travail et sens du travail
21	Management participatif	23	Mindfulness	23	Activité physique
26	Mindfulness	24	Imprévoyance	24	Syndrome post-traumatique
27	Prévention du suicide	25	Hypnose	25	Mindfulness
28	Communication non violente			30	Yoga
				31	Autohypnose
AVRIL		MAI		JUN	
1	Prendre soin de soi pour prendre soin des autres	4	Reconversion : mode d'emploi	1	Management et leadership
6	Management et leadership	5	Arbre de vie	2	Reconversion
8	Sommeil	6	Activité physique	3	Gestion du stress
13	Activité physique	11	Yoga	8	Alimentation
14	Prévention suicide	12	Droits et devoirs du salariés	10	Premiers secours en santé mentale
15	Communication non violente	18	Hypnose	15	Autodéfense
20	Hypnose	20	Management participatif	16	Imprévoyance
22	Sens au travail, sens du travail	25	Premiers secours en santé mentale	17	Communication non violente
27	Techniques d'optimisation du potentiel	26	Fondamentaux juridiques	22	Relation au travail
28	Gestion du temps	27	Réduire les ruminations	24	Intelligence émotionnelle
				29	Mindfulness
				30	Prévention au suicide
JUILLET		SEPTEMBRE		OCTOBRE	
1	Sommeil	1	Hypnose	5	Communication non violente
		2	Management émotionnel	6	Droits et devoirs des salariés
		7	Gestion du stress	7	Prévenir le burnout
		8	Fondamentaux de l'exercice libéral	12	Musicothérapie
		9	Activité physique	14	Yoga
		14	Sens au travail, Sens du travail	19	Reconstruction post-burnout
		16	Mindfulness	20	Fondamentaux juridiques
		21	Premiers secours en santé mentale	21	Accompagnement d'équipe
		22	Imprévoyance	26	Addiction
		23	Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre	28	Intelligence émotionnelle
		28	Sommeil		
		30	Techniques d'optimisation du potentiel		
NOVEMBRE		DÉCEMBRE			
2	Appreciate inquiry	1	Imprévoyance		
3	Réduire les ruminations	2	Bienveillance comme carburant de l'intelligence émotionnelle		
9	Manager en période de crise	7	Management et leadership		
10	Sommeil	9	Travail de nuit		
16	Risques psychosociaux	14	Intelligence émotionnelle		
17	Fondamentaux de l'exercice libéral	15	Droits et devoirs des salariés		
18	Musicothérapie	16	Gestion du stress		
23	Autodéfense	21	Alimentation		
25	Management participatif	23	Prévention du suicide		
30	Syndrome post-traumatique	28	Management émotionnel		
		29	Arbre de vie		