



# EN SAVOIR PLUS...

## Conférence

### L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL : PARLONS-EN <sup>409</sup>

par JÉRÉMYE DUVAL docteur en NEUROPSYCHOLOGUE

Date : 02 FÉVRIER 2024

à 18 h 30

Lieu Université populaire  
Salle de réunion 1<sup>o</sup> étage

Tarifs : 8 € adhérent, 4 € adhérent-25 ans, demandeur d'emploi et minima sociaux, 12 € non-adhérent

<sup>(1)</sup> Hélène MARTINOT : 06.76.09.61.75

### PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ

#### STOP À L'EFFONDREMENT PSYCHOLOGIQUE !

S'épuiser au travail, perdre sa vie à vouloir la gagner que ce soit par nécessité ou par désir d'ascension, n'est sûrement pas la solution ! Comment pallier tous les effets négatifs du stress, générateur d'angoisses et de somatisation ? Comment dire NON aux harceleurs, capables de détruire la vie d'un salarié ? Comment ne pas se dévaloriser et continuer son chemin le mieux possible ?

Jérémye Duval, neuropsychologue, va nous expliquer avec finesse et doigté, sinon les solutions mais au moins les pistes à mettre en place pour avoir les réponses adaptées.



(1) Si vous êtes déjà inscrit, vous pouvez contacter l'Accompagnateur pour toute information relative à cette activité. Sinon, les inscriptions se font sur notre site internet ou lors des permanences, et non auprès de l'Accompagnateur.

[www.upmontelimar.fr](http://www.upmontelimar.fr)

