



## Preuve et attestation de développement professionnel Colloque ACCPQ Décembre 2025



### Description:

Soutenir, inspirer, transformer : une mission en évolution Au programme : Conférence d'ouverture : Dre Sonia Lupien : Comment réinventer le travail pour diminuer le stress ? Deux blocs d'ateliers organisés autour de trois axes complémentaires : Axe 1: Vers un accompagnement attentionné : mentorat, adaptabilité et flexibilité Axe 2: Vers une autonomie éclairée : développement professionnel, veille, posture et identité professionnelles Axe 3: Vers un leadership inspirant : questionnement stratégique, écoute active et mobilisation face à la résistance Conférence de clôture: Chloé Sondervost (journaliste) : Les enjeux du développement professionnel à l'ère de l'IA L'événement a eu lieu le 4 décembre et un total de 6h de développement professionnel sont reconnues pour la participation à cet événement. Nombre d'heures reconnues pour la journée ou pour l'événement. 6h

:

Badge attribué à :

<https://www.cadre21.org/membres/24c44d472b807dc6a449700d>

Date d'obtention : 2025-12-04 20:59:45

# Colloque ACCPQ Décembre 2025

Quel est votre élément (atelier, conférence, etc.) coup de cœur de l'événement?

Comment réinventer le travail pour diminuer le stress

Dans une perspective de réinvestissement, que reprenez-vous de cet événement?

Être conscient du processus interne lié au stress, engendré par l'environnement de travail et numérique. Le temps requis pour se recentrer sur une tâche convenablement lorsqu'on fait du "multi-tâches". Trouver une façon de s'offrir du temps de travail sans dérangements pour diminuer le stress et augmenter la productivité.