



# Le coeur au service de la tête

Conférence sur l'intelligence émotionnelle



Concept relativement récent, bien que permettant de mieux comprendre des réalités de toujours, le conférencier et formateur Bruno Bégin saura vous introduire à la notion d'intelligence émotionnelle, une faculté humaine de plus en plus présente dans la gestion des compétences en

Une conférence qui vous fournira des outils et des astuces pour développer et maintenir l'équilibre émotionnel dans votre milieu de travail.



Le lundi 28 octobre 2024 à 13h00



À la Station de Rimouski

## Horaire de la journée

En plus des ateliers, l'événement vous offrira des opportunités de réseautage et des pistes pour poursuivre vos réflexions et votre cheminement.

La conférence se tiendra à **La Station** au 40, rue Saint-Germain Est, Local 230 Rimouski (Québec) G5L 1A2



418 721-4668



info@conference-ei.org

13 H 00

### ACCUEIL - BRUNO BÉGIN

Accueil des participants et mot de bienvenue

13 H 15

### DÉFINITION - BRUNO BÉGIN

Définition de l'intelligence émotionnelle et de son application au milieu du travail

14 H 00

### MODÈLE RULER - HUBERT CORBEIL

Les 5 étapes du modèle RULER ainsi que du Mood Meter de Marc Brackett

15 H 00

### BONNES PRATIQUES - ALEXANDRA LAROUCHE

Bonnes pratiques et outils pour soutenir le développement de notre intelligence émotionnelle

16 H 00

### 4 À 6 ET RÉSEAUTAGE