

professionnelle

Vie

# AVOCAT UN JOUR, AVOCAT TOUJOURS

## OU COMMENT RESTER AU TOP POUR EXERCER DE LONGUES ET BELLES ANNEES

**Le 14 octobre 2013**

**de 12h à 14h**

Sous l'égide de la commission "Qualité de vie"

- 1/ **Redevenir maître de son temps**
- 2/ **Hygiène de vie et gestion de la pression**
- 3/ **Apprendre à lâcher la prise et à prendre du recul**
- 4/ **Se concentrer sur le présent**
- 5/ **Questions/réponses**

**Salle  
Gaston  
Monerville**

**Maison du Barreau  
2/4, rue de Harlay  
75001 PARIS**

**Conférence introduite par :**  
**Karine Mignon-Louvet, avocate,**  
*membre du Conseil de l'Ordre et responsable de la Commission ordinaire Qualité de Vie.*

**Animée par :**  
**Sabine Neuman, consultante et coach certifiée de dirigeants et professions libérales.**

**En présence de :**  
**Valérie Duez-Ruff, avocate,**  
*fondatrice et présidente de l'association Moms à la Barre.*

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

EFB - Service de la formation continue

**Inscription uniquement en ligne**

Site internet : [www.efb.fr](http://www.efb.fr) (formation continue)

L'équipe formation continue est à votre écoute.

N'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires  
et besoins : [efbfc@efb.fr](mailto:efbfc@efb.fr)



**2h** validées pour la formation  
continue obligatoire des avocats