

Série de webinaires : S'adapter en temps de crise

CONFINÉ À LA MAISON : CONSEILS ET ASTUCES POUR SURVIVRE (ET MÊME S'ÉPANOUIR) EN TEMPS DE CRISE

**WEBINAIRE
EN DIRECT**

LE MERCREDI 15 AVRIL 2020 | DE 13 h 30 À 14 h 30 (HEURE DE L'EST)

INSCRIPTION : <https://www.jedonneenligne.org/ciaj-icaj/webhealth8fr/>

COÛT : La diffusion en direct est gratuite, mais il est obligatoire de remplir le formulaire d'inscription. Ce formulaire sera disponible jusqu'au 15 avril à 10 h (heure de l'Est). Par la suite, la vidéo sera [archivée](#) et offerte au coût de 35 \$ dès le lendemain de la diffusion en direct (gratuit pour les membres de l'ICAJ).

CONFÉRENCIÈRES

M^e MÉLANIE JACQUES

Chef, Affaires juridiques - Équipement et Direction principale approvisionnement stratégique, Hydro-Québec

M^e MARTINE VALOIS, Ad. E.

Professeure, Faculté de droit, [Université de Montréal](#)

Modératrice : Lynne Robichaud, chef, service aux membres et administration, [ICAJ](#)

APERÇU

Pendant cette « période de quarantaine » sans précédent, il faut innover et être créatif afin de demeurer productif tout en étant chez soi. Est-il important de conserver une routine et un horaire ? Quels sont les outils et astuces pouvant nous aider à diminuer le niveau de stress et vaincre la monotonie au jour le jour ? Joignez-vous à nous pour découvrir des conseils pratiques qui vous permettront de rester en bonne santé et heureux en période de crise.

À PROPOS

M^e Mélanie Jacques est avocate, membre du Barreau du Québec et est la chef du groupe d'avocats desservant la division Hydro-Québec Équipement et SEBJ ainsi que la direction principale approvisionnement stratégique. M^e Jacques s'est jointe à Hydro-Québec en 2016. Avant de se joindre à l'entreprise, elle a travaillé pendant onze (11) ans en pratique privée au sein d'un cabinet d'avocats d'envergure internationale.

M^e Martine Valois, Ad.E. est professeure agrégée à la Faculté de droit de l'Université de Montréal. Elle est diplômée de cette faculté (LL.B. et LL.D.) et de l'Université Harvard. Me Valois a été conseillère spéciale à la rédaction pour la Commission d'enquête sur le processus de nomination des juges du Québec (Commission Bastarache). Chercheure au Centre du droit des affaires et du commerce international, elle a été chercheure invitée à l'Institut Max-Planck pour l'anthropologie sociale à Halle (Saale), en Allemagne, en 2018. M^e Valois agit à titre de conseillère académique de l'ICAJ.

NOTE

Le lien permettant d'accéder à la plateforme GoToWebinar et le mot de passe seront transmis à chaque participant par courriel 48 h avant l'événement. Il est préférable de tester la plateforme au préalable.

HEURE DE DIFFUSION SELON LES DIFFÉRENTS FUSEAUX HORAIRES :

HP	de 11 h à midi	HR	de midi à 13 h	HC	de 13 h à 14 h
HE	de 13 h 30 à 14 h 30	HA	de 14 h 30 à 15 h 30	HT	de 15 h à 16 h