



# SE RECONVERTIR OU QUITTER L'ÉDUCATION NATIONALE ? TOUTES LES SOLUTIONS !

- TEMPS PARTIEL
- AUTORISATION DE CUMUL
- MISE EN DISPONIBILITÉ
- MI-TEMPS ANNUALISÉ
- COMPTE PERSONNEL DE FORMATION & CONGÉ DE FORMATION
- DÉTACHEMENT & CONCOURS
- TRAVAILLER À L'ÉTRANGER
- RUPTURE CONVENTIONNELLE
- DÉMISSION
- CESSATION PROGRESSIVE D'ACTIVITÉ

Mercredi <b>15</b> OCTOBRE à MARVEJOLS	Mercredi <b>5</b> NOVEMBRE à ALÈS	Mercredi <b>12</b> NOVEMBRE à CARCASSONNE	Mercredi <b>26</b> NOVEMBRE à MONTPELLIER	Mercredi <b>19</b> NOVEMBRE à PERPIGNAN
--	---	---	---	---

2025

©2025 SNALC JH

## FORMATION SYNDICALE SNALC

Formation ouverte à toutes et à tous, syndiqués ou non !

Pour vous inscrire, scannez le QR Code ➡  
Ou envoyez un mail à [snalc-montpellier@snalc.fr](mailto:snalc-montpellier@snalc.fr)


Pensez à demander votre autorisation d'absence  
1 mois avant la formation !  
Délai de rigueur, sur présentation de la convocation du SNALC.







## COMMENT DÉFENDRE SA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL S'INVESTIR ET PROTÉGER SA SANTÉ ?

- Comment se prémunir face à la charge mentale ?  
**le harcèlement, les risques psycho sociaux,  
les accidents de service et la maladie professionnelle.**  
Les bonnes pratiques !
  - Équilibre vie personnelle, vie professionnelle :  
**Comment éviter le burn-out, le bore-out,  
l'intensité du travail et la culpabilité.**  
Quels outils de prévention ?
  - Congés maladie ordinaire, congés longue maladie,  
conгs longue durée, mi-temps thérapeutique :  
**Modalités et impacts sur la carrière.**
  - Gestion des conflits, violence à l'école, violence avec les parents, les pairs :  
**Quels parcours de signalement pour une prise en charge des situations ?**
-  **Mettre fin au "# pas de vague" !**

Jeudi <b>16</b> OCTOBRE à MARVEJOLS	Jeudi <b>6</b> NOVEMBRE à ALÈS	Jeudi <b>13</b> NOVEMBRE à CARCASSONNE	Jeudi <b>27</b> NOVEMBRE à BÉZIERS	Jeudi <b>20</b> NOVEMBRE à PERPIGNAN
---	--	--	--	--

2025

## FORMATION SYNDICALE SNALC

Formation ouverte à toutes et à tous, syndiqués ou non !

Pour vous inscrire, scannez le QR Code ➡  
Ou envoyez un mail à [snalc-montpellier@snalc.fr](mailto:snalc-montpellier@snalc.fr)

Pensez à demander votre autorisation d'absence  
1 mois avant la formation !  
Délai de rigueur, sur présentation de la convocation du SNALC.

