



Assistants
Secrétaires
Office Managers
Agents administratifs
Adjoints et attachés
de direction
Enseignants, formateurs

Métiers du champ professionnel
support à l'Administration
tout type d'organisation,
et secteur d'activité,
national et international.

INVITATION

Soirée Mensuelle – mardi 22 avril 2014

Soirée festive sous le signe de la détente !

A l'occasion de la fête des secrétaires célébrée le 8 avril,
nous vous proposons de nous retrouver pour une soirée festive, placée sous le signe
de la détente, remplie de surprises, grâce à nos nombreux partenaires pour l'occasion.

Programme de la soirée

18h30 : Accueil à l'ATELIER DE CUISINE GOURMANDE à Launaguet



19h00 : **Atelier cuisine** animé par Renaud Defour :

Confectionnez en toute convivialité et sous l'œil d'un chef,
les tapas que nous dégusterons au cours de la soirée !



19h30 : Point sur l'actualité de l'association avec un focus sur l'événement des 20 ans

20h00 : Conférence sur la sophrologie :

Louis Piras et Sandrine Moreau nous présenteront ce qu'est la sophrologie (ses champs
d'application, pour qui et comment elle se pratique) puis nous proposeront de faire des
exercices ensemble pour que chaque participant puisse "expérimenter" par lui-même une
séance. *La pratique de la sophrologie ne nécessite pas de tenue vestimentaire particulière.*



21h00 : Cocktail à l'ATELIER DE CUISINE GOURMANDE, dessert offert par GOUT NATURE



Toute la soirée, profitez des massages sur chaise ou encore d'une lecture du visage, prodigués par notre
partenaire Laurence Verissel de ZEN'RJ.



 **Participez à la tombola organisée par le bureau, où de nombreux lots de nos partenaires du jour sont à gagner !**

Retrouvez toutes les coordonnées de nos partenaires au verso de l'invitation.

Nous vous attendons nombreuses et nombreux !

Soirée ouverte aux DRH, dirigeants, enseignants, formateurs, étudiants, à toute personne intéressée par l'évolution de nos métiers en grande mutation qui
contribuent à la performance des organisations et des équipes !

Modalités pratiques

Lieu ATELIER DE CUISINE GOURMANDE, 6 chemin de l'Hers, Launaguet

Accès Nord de Toulouse, cf [plan d'accès](#)

Inscription **Obligatoire : Complétez le formulaire**

Accès Adhérent : **gratuit**
Non adhérent : participation à la logistique de l'association **20 €**
(déductibles de l'adhésion si confirmée dans le mois)
Chèque à adresser à l'adresse du siège
FFMAS 31—Hôtel Mercure— rue Saint Jérôme—31000 TOULOUSE

Ensemble, construisons
une profession
RESPONSABLE DE SON AVENIR...
Fédérons-nous
pour valoriser nos métiers
Anticipons
les compétences de demain !



Venez rejoindre nos objectifs :

- * **Participer** à la dynamique nationale et régionale de valorisation du métier
- * **Partager** des expériences dans un réseau de proximité
- * **Assister** à des conférences, ateliers, participer à des débats
- * **Développer** un réseau de compétences moteur pour la profession
- * **Accompagner** les adhérents et les étudiants
- * **Echanger** avec les autres métiers par le biais de l'inter-club du GAME

FFMAS - Haute Garonne
Hôtel Mercure St Georges
Rue Saint Jérôme— 31000 Toulouse
ffmas.31@gmail.com
☎ 06 86 82 60 67 (après 18 h)



<http://ffmas31.com>
www.ffmas.com



Assistants
Secrétaires
Office Managers
Agents administratifs
Adjoints et attachés
de direction
Enseignants, formateurs
Métiers du champ professionnel
support à l'Administration
tout type d'organisation,
et secteur d'activité,
national et international.

INVITATION

Soirée Mensuelle – mardi 22 avril 2014

Nos partenaires à l'occasion de la fête des secrétaires

Louis PIRAS, Sophrologue

site internet : www.sophrologie-ef-toulouse.com

téléphone : 06 04 00 17 17

adresse mail : louis.piras@orange.fr



Sandrine MOREAU, Sophrologue

site internet : www.sophrologie31.net

téléphone : 06 20 35 42 63

adresse mail : sandrinemoreau@sophrologie31.net



ATELIER DE CUISINE GOURMANDE

6 chemin de l'Hers 31140 Launaguet

www.coursdecuisine.net

T. 05 61 47 10 20 contact@latelierdecuisine.gourmande.fr

Contact : Renaud DEFOUR



L'atelier de cuisine gourmande est situé à Launaguet, existe depuis 1997 et dispense des cours de cuisine à des groupes d'entreprises, des particuliers et des professionnels des métiers de bouche.

L' école de cuisine est équipée de locaux de 600 m² avec un espace accueil de 100 m², une cuisine pédagogique de 100 m², un club gastronomique, un laboratoire de pâtisserie et un espace réunion de 300 m². Soit une capacité d'accueil d'environ 150 personnes.

Un accès facile par rocade se fait par les sorties 12 et 33, un grand parking privé gratuit vous accueille.

L'équipe pédagogique constituée de professionnels de la restauration est sélectionnée sur des critères stricts de qualités pédagogiques, de communication et d'animation.

Ces professionnels vous accueillent et vous font partager leur passion pour la cuisine et le bon goût. Lors d'une activité auprès de nos chefs, découvrez les tours de main des professionnels du monde culinaire. Spécialisés dans les séminaires d'entreprise, Team Building et l'accueil de groupe en général, l'Atelier de Cuisine Gourmande dispense des cours de cuisine et propose des offres adaptées à vos besoins.

GOÛT NATURE

Anass GUIRI

06 51 07 40 52

13 avenue de Muret

31300 Toulouse

contact@goutnature.fr

www.goutnature.fr



Paniers de fruits et légumes de saison en direct des fermes de proximités. Sélection de meilleures productions de la région Toulousaine. Authenticité et saveurs près de chez vous (étude personnalisée sur demande à l'occasion de vos événements professionnels ou personnels)

Zen'RJ

Laurence VERISSEL- Maquilleuse, Esthéticienne énergétique

Tel: 06 14 83 96 76

www.espacezenrj.fr ou <https://www.facebook.com/estheticienne.toulouse>

Espace esthétique et bien être (intervenant en entreprise, événementiel...), atelier Ô Féminin, boutique de produits cosmétiques LA PHYTO, VOUS, maquillage bio STUDIO78PARIS, prestation nature : massages assis, soins divers (ongles mains...), vernis et ligne de soins des ongles ESSIE.



Ensemble, construisons
une profession
RESPONSABLE DE SON AVENIR...

Fédérons-nous
pour valoriser nos métiers
Anticipons
les compétences de demain !



FÉDÉRATION FRANÇAISE DES MÉTIERS
DE L'ASSISTANT ET DU SECRÉTARIAT

FFMAS - Haute Garonne

Hôtel Mercure St Georges

Rue Saint Jérôme – 31000 Toulouse

ffmas.31@gmail.com

☎ 06 86 82 60 67 (après 18 h)



<http://ffmas31.com>
www.ffmas.com