

PRÉVENIR ET APPRÉHENDER LE BURN-OUT

Le burn-out, ou épuisement professionnel, est une conséquence du monde du travail de plus en plus présent, affectant la santé des employés et la performance des entreprises. Les professionnels du secteur sanitaire, social et médico-social, en particulier, sont exposés à des niveaux élevés de stress et de charge émotionnelle, augmentant leur vulnérabilité au burn-out. Cette formation est proposée pour répondre à un besoin crucial de prévention et de gestion du burn-out afin de promouvoir le bien-être des salariés, améliorer leur qualité

de vie au travail, et maintenir un haut niveau de service aux bénéficiaires. La capacité à identifier les signes avant-coureurs du burn-out, à mettre en place des stratégies de prévention efficaces, et à appliquer des techniques de gestion de l'épuisement pour ceux qui en souffrent est primordiale. La formation vise à créer un environnement de travail sain et durable, en réduisant les risques psychosociaux et en améliorant la qualité de vie au travail des équipes.

OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux du travail en France et les obligations légales en matière de santé et de sécurité au travail ;
- Reconnaître, prévenir et gérer le burn-out en utilisant des méthodes pratiques et adaptées ;
- Contribuer à créer un environnement de travail positif et soutenant en mettant en place des initiatives de bien-être.



19 juin, à Paris 15



390 € *adhérent*

585 € *non-adhérent*
(par personne)



1 jour

01 53 98 95 03 – formation@fehapp.fr

CONTENU

Les enjeux et la culture du travail en France

- Le travail, c'est la santé
- L'histoire du burn-out

La compréhension du stress et du burn-out

- La définition du stress au travail
- Les obligations légales des entreprises.
- La différenciation entre le stress, la dépression et le burnout.

Les causes et les signes du burnout

- Les causes organisationnelles et signes caractéristiques à repérer chez soi-même et chez les collègues.
- Les indicateurs d'alerte et les différents intervenants (médecine du travail, CSE, etc.)

Les techniques de gestion du burnout

- Les outils de prévention du burn-out
- Le retour au travail : comment l'aborder ?

Un environnement de travail sain

- La pratique de soutien et de reconnaissance au sein des équipes dans le secteur médico-social
- L'opportunité de la réponse QVCT dans un établissement privé solidaire

Prérequis

Aucun

REMPLISSEZ UN BULLETIN D'INSCRIPTION EN LIGNE

PUBLICS

- Tout public

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et méthodologiques
- Exercices, cas pratiques, étude de situations
- Travaux en sous-groupes
- Échanges et mutualisation

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- grille d'auto-évaluation des acquis de la formation

INTERVENANTS

- Consultante et formatrice RH et santé au travail