



Bien être

Gérontologie et formation



Les équipes – Les R.P.S.

La prévention de l'épuisement professionnel

Les objectifs

- ☛ Savoir identifier les facteurs de risques de l'épuisement professionnel
- ☛ Apprendre à connaitre ses besoins afin d'adapter son positionnement professionnel et savoir prendre soin de soi
- ☛ Savoir repérer ses points de blocage et expérimenter des outils pour mieux les gérer
- ☛ Savoir limiter l'usure professionnelle et la souffrance au travail

Le contenu

- L'épuisement professionnel comme mode d'expression de la souffrance
- Prendre soin de soi et positionnement professionnel
- Les actions d'amélioration de son bien-être en pratique

Prérequis

Tout personnel. 12 participants maximum. Aucun prérequis

La session de formation est ouverte aux personnes en situation de handicap sous réserve de mise à disposition de locaux adaptés à la spécificité du handicap par l'établissement d'accueil des participants. Un conseil d'orientation ou d'accompagnement personnalisé peut être apporté par notre organisme de formation.

Référent Handicap : Madame HUGONNET Catherine

La structuration de l'intervention

Nous proposons une action de formation de 2 à 3 jours

Le formateur

Formateur spécialisé

Pour recevoir une proposition détaillée de l'action de formation, merci de nous contacter :

BIEN ETRE Gérontologie et formation - Mme HUGONNET Catherine

23, rue Pierre Termier. 69660 Collonges au Mont d'Or



06 68 93 40 51

catherine.hugonnet@free.fr