

05. PRÉVENTION DU BURN-OUT ET DÉTECTION DES SIGNAUX FAIBLES

Reconnaître les signes précurseurs d'épuisement professionnel, comprendre les mécanismes du burn-out et agir avant la crise. Une formation concrète pour protéger vos collaborateurs et sécuriser votre entreprise.

Durée : 1 journée · 7h	Format : Présentiel & Distanciel	Participants : 4 à 10 personnes max
-------------------------------	---	--

Objectifs pédagogiques

- Comprendre le burn-out
- Identifier les facteurs de risque
- Détecter les signaux faibles
- Intervenir de façon adaptée
- Prévenir collectivement
- Accompagner le retour au travail

Programme

- Comprendre le burn-out : mécanismes et réalités (1h15)
- Identifier les facteurs de risque organisationnels (1h15)
- Détecter les signaux faibles (2h)
- Intervenir et orienter sans dépasser son rôle (1h30)
- Prévenir et accompagner le retour (1h)

Prérequis

Cette formation est accessible à tous, quel que soit votre niveau de connaissance du sujet. Elle est conçue pour être concrète et immédiatement applicable - chaque participant repart avec une grille de détection et un plan d'action personnel.

Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, d'études de cas et de mises en situation. Simulation d'entretien avec un collaborateur en difficulté. Grille de détection des signaux faibles et plan d'action remis à chaque participant.

Évaluation & attestation

Quiz d'évaluation des acquis en fin de journée. Attestation de formation remise à chaque participant à l'issue de la session.

Tarifs

Distanciel : 350€ par personne · HT

Intra-entreprise : 1 500€ · HT · min. 2 participants

Inter-entreprises : 400€ par participant · HT



Modalités de formation

Prévention du burn-out et détection des signaux faibles

1. Nature de l'action

Action de formation professionnelle continue réalisée dans le cadre du développement des compétences. Formation non certifiante et non qualifiante, ne donnant lieu à aucune certification enregistrée au RNCP ou au Répertoire spécifique.

2. Public concerné

Managers et responsables d'équipe en première ligne, dirigeants de TPE/PME souhaitant protéger leurs collaborateurs, responsables RH et référents RPS, membres du CSE impliqués dans la santé au travail et toute personne souhaitant mieux comprendre et prévenir le burn-out.

3. Modalités d'accès et délais d'inscription

Toute demande d'inscription est traitée dans les meilleurs délais. L'accès à la formation est possible sous réserve des places disponibles et des délais nécessaires à la contractualisation et, le cas échéant, à la mise en place du financement. Pour les formations intra-entreprise, les dates sont définies conjointement avec l'entreprise.

4. Organisation de la formation

En présentiel : la formation est dispensée dans des locaux adaptés à l'accueil des participants et aux activités pédagogiques prévues.

À distance : le participant doit disposer d'un ordinateur ou d'une tablette, d'une connexion Internet stable et d'un équipement audio. Les informations nécessaires à l'accès à la formation sont communiquées avant son démarrage. Les ressources pédagogiques et activités à distance sont mises à disposition via la plateforme de formation utilisée par ALESYA Conseil.

5. Suivi de l'assiduité

L'assiduité des participants est suivie pendant toute la durée de la formation. Elle est attestée par des feuilles d'émargement en présentiel et par les outils de connexion et de traçabilité pour les formations réalisées à distance. Les justificatifs de réalisation sont conservés par ALESYA Conseil.

6. Accessibilité & handicap

Nos formations sont accessibles à tous. ALESYA Conseil s'engage à favoriser l'accès de ses formations aux personnes en situation de handicap. Pour toute demande d'adaptation pédagogique, matérielle ou organisationnelle, nous vous invitons à contacter notre référente handicap avant votre inscription, afin d'étudier votre situation, vos besoins et les aménagements pouvant être mis en place. Lorsque les besoins identifiés nécessitent des dispositions particulières ne pouvant être directement mises en œuvre par ALESYA Conseil, une recherche de solutions adaptées pourra être réalisée avec les acteurs ou partenaires compétents.

Référente handicap : Aleksandra ROQUES - a.roques@alesyaconseil.fr - 06.71.28.69.64

7. Financement

Nos formations sont financées directement par l'entreprise (autofinancement). Pour les formations en présentiel/blended learning, un devis précisant les modalités de règlement est transmis avant toute contractualisation.

8. Contact et inscription

ALESYA Conseil - contact@alesyaconseil.fr - 06.71.28.69.64 - www.alesyaconseil.fr