

---

## *Prévention Burn-out, Bore-out, Brown-out*

---

### **Prérequis**

---

Aucun prérequis

### **Objectifs pédagogiques**

---

- Situer les nouveaux syndromes (burnout, bore out, Brown-out...) dans le champ des risques psychosociaux
- Prévenir en repérant les signaux d'alerte
- Accompagner les salariés en souffrance

### **Public visé**

---

DRH, RRH, manager

### **Programme**

---

#### **Qualifier les différents types de RPS**

- Définitions
- Les effets du harcèlement
- Le cadre légal

#### **Connaître les symptômes du burn-out, bore-out et brown-out pour savoir les diagnostiquer**

- Définir stress, burn-out, bore-out et brown-out
- Les mécanismes du burn-out/ Brown-out/bore-out
- Évaluer l'épuisement du salarié : Comment repérer un salarié en souffrance : quels indicateurs surveiller ?

#### **Gérer une situation de RPS dans son équipe**

- Les effets dans l'entreprise
- Identifier les facteurs de stress dans l'organisation
- Comment prévenir ces maux au sein de mon organisation

## Prévention Burn-out, Bore-out, Brown-out

### Méthodes et supports pédagogiques

- Pédagogie active et participative
- Définir son plan de progrès
- Echanges d'expérience et discussions
- Exposés, diaporamas, exercices pratiques
- Remise de documentation et supports de formation
- Feuille d'émargement
- Attestation de présence
- Évaluation des compétences acquises : QCM, Cas pratiques, Quiz

### L'intervenante

**Chantal BENOIST**, Consultante, Chef de projet conseil RH, Coaching et Formation. Depuis plus de 20 ans, elle accompagne les managers, les équipes et service RH, dans la recherche de l'efficacité personnelle et professionnelle.

### Durée, date et lieu

Durée	Date	Lieu
1 session de 3h30 9h à 12h30	4 avril 2024	En distanciel 

- La confirmation d'inscription vous sera adressée par mail.
- Si la formation devait être annulée faute de participants vous seriez également prévenu par mail 15 jours avant le début de la formation.

### Coût de la formation

Tarif adhérent AREA	1 100,00€ HT (soit 1 320,00€ TTC) / personne / 2 jours
Tarif non adhérent AREA	1 300,00€ HT (soit 1 560,00€ TTC) / personne / 2 jours

### Le +

- Un groupe de 12 participants maximum, tous professionnels de l'agroalimentaire afin de partager des expériences et des préoccupations concrètes.
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Afin de répondre aux différentes contraintes merci de nous contacter.

