

Prévenir l'épuisement professionnel

Formation en présentiel

MODALITES

Durée : 14h soit 2 jours

Dates : 12 et 13 octobre 2026

Horaires : 08h30 - 12h30 - 13h30 - 16h30

Lieu : Buro Club Immeuble SIMKEL, Baie Mahault

Public : Tous les personnels en situation d'emploi en crèche auprès d'enfants.

Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire.

Moyens d'évaluation : Evaluation des acquis des stagiaires en amont et en aval de l'action de formation de manière à visualiser leur progression et leur montée en compétence.

Sanction de la formation : Attestation de fin de formation / Certificat de réalisation.

Intervenante et qualité : Nolwenn LE GUEN, formatrice et coach.

OBJECTIFS

- Identifier les causes de l'épuisement professionnel et du burn-out et leurs manifestations dans le cadre professionnel du domaine de la petite enfance
- Identifier les situations à risque des métiers de la petite enfance pour améliorer la qualité de vie au travail
- Concevoir et mettre en place des actions de prévention collectives et individuelles

MODALITES PEDAGOGIQUES ET ELEMENTS DE SUIVIS

Partages d'expériences, exposés théoriques, exercices pratiques, échanges avec les stagiaires.

PROGRAMME

Jour 1 :

- L'épuisement professionnel et le burn-out: définition, processus, phases et conséquences
- Analyse de situations d'épuisement professionnel
- Les différents facteurs de risques psycho-sociaux

Jour 2 :

- Préconisations collectives et individuelles pour améliorer la qualité de vie au travail
- Prévention et équilibre personnel : prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres