



## LIEU DE LA FORMATION

AGENCE DE PAU (64)

## PUBLIC CONCERNÉ

Infirmiers, Aides-Soignants,  
Paramédicaux

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## DÉBUT DE LA FORMATION

Tout au long de l'année

## DÉTAILS DATE DE LA FORMATION

Formation en intra entreprise  
Durée : 3 jours  
Tarif : nous consulter

## MODALITÉS DE FINANCEMENT

- Financement personnel
- Plan de développement des compétences

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

Identifier les signes habituels du syndrome d'épuisement professionnel  
Identifier les principales causes du syndrome d'épuisement professionnel  
Définir un plan de prévention

## CONTENU DE LA FORMATION

Principes de prévention des risques psycho-sociaux

- réglementation, actions, planification dans le service, le pôle, l'établissement
- signes physiques et psychosomatiques du syndrome d'épuisement
- signes comportementaux
- repérer les signes dans son équipe

Les différentes causes possibles

- Charge ergonomique, charge émotionnelle, dévalorisation
- Les modes de prise en charge, savoir orienter vers les professionnels adéquats

La prévention et le traitement

- La recherche de ses limites, analyse de son contexte, de fonctionnement
- L'expression et la libération de l'émotionnel
- L'organisation du travail
- Les systèmes de gratification, de motivation

Comment intégrer dans son équipe une personne victime de burn out  
Exercices de relaxation

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Attestation de formation

## PROFIL DES INTERVENANTS

Sophrologue

## VOS CONSEILLERS DE L'AGENCE DU BÉARN

Céline CLAVERIE  
Conseillère Formation Continue  
Santé/Social  
celine.claverie@greta-cfa-  
aquitaine.fr  
05 59 84 15 07  
06 27 94 50 12