ESAP
FORUM Event

Formation

Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

Comment assurer la prévention et le suivi des situations de burn out sur le lieu du travail?

Durée de la formation : 1 journée

Formules : Sessions interentreprises (2 à 10 participants)
Formule 'In-house' (jusque 3 participants)
Formation 'sur mesure' en entreprise

Disponible en

Possibilité de développer des programmes "à la carte"

Contact : Marita Guilmot-Lennertz - forum@esap.be - Tel 02/771.43.13

New!

Formule 'In house'

- Session de formation "en entreprise" pour petit groupe (1 à 3 personnes)
- Le formateur se déplace à l'endroit de votre choix :
  → aucun problème de mobilité et gain de temps pour vos collaborateurs
- Horaire adapté permettant aux participants de traiter les affaires 'courantes'
- Contenu de la formation : 'standard'
- Les échanges avec le formateur peuvent intégrer la réalité de l'entreprise
- Support de cours communiqué par mail 2 jours avant la formation

ESAP SA – FORUM Event
Av. du Jeu de Paume 13 - B-1150 Bruxelles - Tel 32/2/771.43.13 - Fax 32/2/771.31.70 – GSM 32/474/53.66.43
E-mail : forum@esap.be - URL : www.esap.be
TVA BE-0423.207.931 - RPM Bruxelles– IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB

Formation d'un jour pour les managers, les responsables RH, les responsables d'équipes, ou toute personne en charge de personnel.

Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

Comment assurer la prévention et le suivi des situations de burn out sur le lieu du travail?

Contexte

Beaucoup le considèrent comme le mal professionnel de notre siècle. Et pour cause : à l'heure actuelle, les cas de burn out, ou syndrome d'épuisement lié au travail, ne cessent de se multiplier.

Le burn out est une pathologie de l'engagement au travail. « Les victimes sont les salariés les plus investis ». Des salariés performants et motivés ! Et donc éviter le burn out n'est pas seulement de l'intérêt du collaborateur individuel mais c'est aussi essentiel pour l'entreprise étant donné que c'est la productivité de l'organisation qui est atteinte.

Objectif

L'objectif de la formation est de conscientiser toutes les personnes concernées de leur rôle crucial dans la prévention du burn out et de les outiller face à ce nouveau syndrome afin d'accroître le bien-être au travail des travailleurs et de réduire l'absentéisme et les coûts importants que cela peut engendrer.
La formation, de nature interactive, permettra une meilleure compréhension de ce syndrome et de ses conséquences. Elle s'attachera à présenter les mesures (préventives) à prendre et les aides disponibles.

Programme

Les thèmes suivants seront abordés :

- Comprendre ce qu'est le burn out
- Identifier les symptômes du burn out
- Identifier les facteurs externes qui favorisent le burn out
- Quelles sont les personnes les plus sujettes à tomber en burn out ?
- Comprendre pourquoi une personne tombe en burn out ? Qu'est ce qui se joue pour elle ?
- Comment réagir à cette problématique en tant que Manager ?
- Que faire ou ne pas faire face à une personne sous stress pour qu'elle ne tombe en burn out ?
- Quelles pistes activer pour freiner le nombre et la durée des absences ?
- Quelles attitudes avoir envers une personne qui revient d'un burn out ?
- Où chercher de l'aide ?

Suivi de la formation - Entretien individuel

La formation peut-être prolongée par un entretien individuel. Lors de ces face-à-face, l'animateur – coach traite avec le participant d'une situation professionnelle qui le met en difficulté. Il s'agit, dans la confidentialité du coaching, d'aborder ce qui ne peut l'être de la même façon en collectif. L'objectif de cet entretien individuel est de donner au participant la capacité de s'approprier le contenu de la formation, d'en vérifier les apports dans sa pratique quotidienne, et de les ancrer dans la durée. (Pour les conditions et réservations, veuillez nous contacter au 02/771.43.13 ou par e-mail forum@esap.be).

Public cible

Dirigeants, managers, responsables de projets, tout professionnel RH ou responsable intéressé ou confronté dans son équipe à des problématiques de stress, de surcharge du travail, de burn out.

Animateur : Isabelle Marionex

- Licenciée en Sciences commerciales et consulaires (HEC St Louis)
- 10 ans d'expérience professionnelle au sein du département des ressources humaines chez Glaverbel, Nostalgie et Bureau van Dijk (SAP)
- Formée au Coaching, Analyse Transactionnelle, CNV, thérapie co-créative, codéveloppement professionnel, la roue du changement de Hudson, pleine conscience, gestion des talents.
- Depuis 2005, coach, formatrice et consultante spécialisée dans l'accompagnement au bien-être professionnel, réorientation professionnelle, gestion des émotions et amélioration des performances
- Depuis 2013, coach référente pour le burnout au centre médical du Ponant (Gembloux)

Informations pratiques

Sessions interentreprises

Dates : le 27 octobre 2015 de 9h30 à 17h00 (code 1446)
ou le 8 mars 2016 de 9h30 à 17h00 (code 1484)

Lieu : Hôtel Montgomery, 134 Av. de Tervuren à 1150 Bruxelles
(parking possible dans l'hôtel dans la limite des places disponibles)
A 10 minutes de la gare centrale (métro ligne 1 – direction Stockel)
Nombreuses possibilités de transport public (voir détails)

Prix : 525 € (+21% TVA) incluant la documentation, le repas et les pauses-café
375 € (+21% TVA) par participant supplémentaire de la même entreprise

Nombre de Participants : minimum 2 et maximum 10.
Attestation de présence : disponible sur demande
Bulletin d'inscription : voir ci-après

Personne de contact : Marita Guilmot-Lennertz - forum@esap.be - Tel 02/771.43.13

Annulation : toute inscription peut être annulée, uniquement par fax (02/771.31.70) ou par e-mail (forum@esap.be) au plus tard cinq jours ouvrables avant la manifestation avec le remboursement de 80% des frais d'inscription. Au-delà de ce délai, le montant total de l'inscription sera dû. Toute personne inscrite garde la possibilité de se faire remplacer. Veuillez, dans ce cas, le préciser sans faute lors de l'accueil.

ForumEvent se réserve le droit d'annuler une formation si le minimum de participants n'est pas atteint.

Formule 'In house'

Durée de la formation : un jour
Contenu de la formation : contenu standard comme pour les sessions interentreprises
Nombre de participants : jusque 3 participants (Au-delà de 3 personnes : nous contacter)

Lieu : chez vous ou tout autre endroit choisi par vos soins.
Horaire : De 10h00 à 17 h00
Cet horaire permet aux participants de régler les affaires courantes.
Le client s'engage à ce que les participants ne soient pas dérangés durant la formation

Prix : 2 personnes : 980 € (+21% TVA)
3° personne : + 220 € (+21% TVA)
Au-delà de 3 personnes : nous contacter
Ce prix comprend la documentation ainsi que le déplacement du formateur en Belgique
Documentation : la documentation sera transmise par e-mail avant la formation.
Infrastructure : un tableau ou un flipchart améliore la qualité de la formation

Bulletin d'inscription : voir ci-après

Personne de contact : Marita Guilmot-Lennertz - forum@esap.be - Tel 02/771.43.13

Formation ‘sur mesure’ en entreprise

Durée de la formation : un jour

Contenu de la formation : le contenu de la formation présenté ci-devant peut être adapté sur mesure compte tenu de votre situation et des vos attentes. Dans ce cas, un contact préalable avec le formateur sera organisé pour vous permettre de lui exprimer vos besoins afin de finaliser le contenu.

Nombre de participants : à partir de 2 participants sans dépasser idéalement 10 participants pour garantir l'interactivité.

Lieu : dans vos locaux ou tout autre endroit choisi par vos soins.

Prix : groupe de 2 à 5 personnes : 1700 € (+21% TVA)
groupe de 6 à 10 personnes : 1900 € (+21% TVA)
Ce prix comprend la documentation ainsi que le déplacement du formateur en Belgique

Option complémentaire: suivi et/ou coaching personnalisé en fonction des besoins de l'entreprise

Documentation : la documentation sera transmise par e-mail avant la formation
Bulletin d’inscription: voir ci-après

Personne de contact: Marita Guilmot-Lennertz - forum@esap.be - Tel 02/771.43.13

Bulletin d'inscription : sessions interentreprises

A renvoyer à FORUM Event – Av. du Jeu de Paume 13 - 1150 Bruxelles ou par fax. au 02/771.31.70

S'inscrire en ligne

Bulletin d'inscription : Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

TITRE…….NOM & PRENOM:.....
FONCTION :.....
SOCIETE : .....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
TEL : .....GSM : .....
E-MAIL : .....
ACCOMPAGNE DE : .....
FONCTION :.....
E-MAIL : .....GSM.....

Coordonnées de facturation
TITRE…….NOM & PRENOM:.....
FONCTION :.....
SOCIETE : .....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
TVA : .....
COMMUNICATION : .....

Assistera(ont) à la formation : **Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !**

Session du 27 octobre 2015 de 9h30 à 17h00 (code 1446)

1 personne	**635,25 €** (525 €+ 21%TVA)	**[ ]**
2 personnes de la même entreprise	**1089,00 €** (525€ + 375 €+ 21%TVA)	**[ ]**
Plus de 2 personnes de la même entreprise	**635.25 € + 453.75 €** par personne supplémentaire	**[ ]**

Session du 8 mars 2016 de 9h30 à 17h00 (code 1484)

1 personne	**635,25 €** (525 €+ 21%TVA)	**[ ]**
2 personnes de la même entreprise	**1089,00 €** (525€ + 375 €+ 21%TVA)	**[ ]**
Plus de 2 personnes de la même entreprise	**635.25 € + 453.75 €** par personne supplémentaire	**[ ]**

Je verse la somme de ..... EUR au compte IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB, **après réception de la facture**, en précisant le numéro de facture.

La facture vous sera automatiquement envoyée dès réception de votre inscription.

Conditions de vente: voir notre site

Annulation : toute inscription peut être annulée, uniquement par fax (02/771.31.70) ou par e-mail (forum@esap.be) au plus tard cinq jours ouvrables avant la manifestation avec le remboursement de 80% des frais d'inscription. Au-delà de ce délai, le montant total de l'inscription sera dû. Toute personne inscrite garde la possibilité de se faire remplacer. Veuillez, dans ce cas, le préciser sans faute lors de l'accueil.

Date : ..... Signature: .....

ESAP SA – FORUM Event
Av. du Jeu de Paume 13 - B-1150 Bruxelles - Tel 32/2/771.43.13 - Fax 32/2/771.31.70 – GSM 32/474/53.66.43
E-mail : forum@esap.be - URL : www.esap.be
TVA BE-0423.207.931 - RPM Bruxelles– IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB

Bulletin d'inscription : formule 'In house'

A renvoyer à FORUM Event – Av. du Jeu de Paume 13 - 1150 Bruxelles ou par fax. au 02/771.31.70

S'inscrire en ligne

Bulletin d'inscription : Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

SOCIETE : .....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
Contact dans votre société :
NOM & PRENOM:.....
FONCTION :..... TEL.....
GSM : .... E-MAIL.....

PARTICIPANT 1 : .NOM & PRENOM:.....
FONCTION :..... E-MAIL.....
PARTICIPANT 2 : .NOM & PRENOM:.....
FONCTION :..... E-MAIL.....
PARTICIPANT. 3 : .NOM & PRENOM:.....
FONCTION :..... E-MAIL.....

Lieu de la formation (si différent de l'adresse indiquée ci-dessus)
NOM du LIEU (hôtel, société…).....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
PRECISION (salle, s'adresser à…) :

Coordonnées de facturation
NOM & PRENOM:.....
FONCTION :.....
SOCIETE : .....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
TVA : .....
COMMUNICATION (n° Bon de commande …) : .....

Inscription à la formation 'In-house':

Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

Prix : 2 personnes **1185,80 €** (980 €+ 21%TVA) **[ ]**
3 personnes **1452,00 €** (1200 €+ 21%TVA) **[ ]**

Période souhaitée : .....
Nous vous contacterons pour vous proposer des dates
Horaire : 10h00 à 17h00

Je verse la somme de ..... EUR au compte IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB, après réception de la facture, en précisant le numéro de facture. **La facture vous sera automatiquement envoyée après réception de votre inscription dès que la date de la formation a été fixée**

Annulation : toute inscription est définitive. Les personnes inscrites gardent la possibilité de se faire remplacer. Pour plus d'informations sur les conditions d'annulation : voir notre site

Date : ..... Signature: .....

ESAP SA – FORUM Event
Av. du Jeu de Paume 13 - B-1150 Bruxelles - Tel 32/2/771.43.13 - Fax 32/2/771.31.70 – GSM 32/474/53.66.43
E-mail : forum@esap.be - URL : www.esap.be
TVA BE-0423.207.931 - RPM Bruxelles– IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB

Bulletin d'inscription : formule 'sur mesure en entreprise'

A renvoyer à FORUM Event – Av. du Jeu de Paume 13 - 1150 Bruxelles ou par fax. au 02/771.31.70

S'inscrire en ligne

Bulletin d'inscription : Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

SOCIETE : .....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....

Contact dans votre société :
NOM & PRENOM:.....
FONCTION :..... TEL.....
GSM : .... E-MAIL.....

Responsable du groupe à former (pour déterminer le contenu de la formation)
NOM & PRENOM:.....
FONCTION :..... TEL.....
GSM : .... E-MAIL.....

Nombre de participants :

Lieu de la formation (si différent de l'adresse indiquée ci-dessus)
NOM du LIEU (hôtel, société…).....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
PRECISION (salle, s'adresser à…) :

Coordonnées de facturation
NOM & PRENOM:.....
FONCTION :.....
SOCIETE : .....
RUE-NR : .....
CP-VILLE : .....
TVA : .....
COMMUNICATION (n° Bon de commande …) : .....

Inscription à la formation 'sur mesure en entreprise':

Du stress au burn out, mieux vaut prévenir que guérir !

Prix : Groupe jusque 10 personnes **2057,00 €** (1700 €+ 21%TVA)

Période souhaitée : .....
Nous vous contacterons pour vous proposer des dates
Horaire : 9h30 à 17h00

Je verse la somme de 2057.00 EUR au compte IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB, après réception de la facture, en précisant le numéro de facture. **La facture vous sera automatiquement envoyée après réception de votre inscription dès que la date de la formation a été fixée**

Annulation : toute inscription est définitive.
Pour plus d'informations sur les conditions d'annulation : voir notre site

Date : ..... Signature: .....

ESAP SA – FORUM Event
Av. du Jeu de Paume 13 - B-1150 Bruxelles - Tel 32/2/771.43.13 - Fax 32/2/771.31.70 – GSM 32/474/53.66.43
E-mail : forum@esap.be - URL : www.esap.be
TVA BE-0423.207.931 - RPM Bruxelles– IBAN BE72 3100 4180 0016 - BIC BBRUBEBB