

ATELIER / CONFERENCE :

Prévention du Burn-out

Formation proposée au Domaine des Cèdres
1180 route des Hauts Fourneaux
01150 Villebois



Pour qui

Atelier ouvert au grand public



Prérequis

Aucun



Modalités d'accès

Inscription auprès de NOVACAP
au 04.69.19.36.15 / 06.83.03.25.62
Ou à l'adresse suivante :
gestion@novacapformation.fr



Objectifs

- Qu'est-ce que le Burn-out et comment l'éviter ?
- Ou comment s'en sortir ?



Tarif : 49€ HT pour 2 heures
d'Atelier



Nombre de participants :

Groupe à partir de 10 personnes



Durée

Présentiel : Environ 2 Heures

Possibilité d'échanger avec la Coach en fin de conférence.

Horaires :

- Le Jeudi de 19h30 à 21h30
- (Jours et heures à définir ensemble)

Les + de NOVACAP



Une prise en charge rapide avec un devis effectué sous **24 heures**.



Un formateur **expert** et **certifié** vous rappelle afin de valider votre **besoin** via un questionnaire et/ou un test de positionnement.



Nous vous accueillons avec un **sourire**, un **café** et des **outils pédagogiques** de **qualité** (ordinateurs, salles, Wifi, Imprimante, etc.)



Adaptation des modalités pédagogiques en fonction des besoins de l'apprenant



Un accès annuel **gratuit** à la plateforme **e-learning** de NOVACAP avec accès à la documentation : exercices, leçons, vidéos, supports PDF.



Formation **Sur-mesure** : Inter, Intra, blended learning, à distance, FOAD, classe virtuelle, individuelle, collective.

Programme détaillé du contenu de l'atelier

1. **Qu'est-ce que le Burn-out ?**
2. **Quelles différences avec la dépression ?**
3. **Savoir identifier les symptômes.**
4. **Quels sont les facteurs de risque.**
5. **Comment l'éviter ?**
6. **Des approches complémentaires à la médecine allopathique**