



## Prévention du Burnout en entreprise

### Objectifs :

Le Burnout est un des dangers invisibles auxquels le collaborateur, comme le manager, sont les plus exposés. Cependant le burnout avance masqué et il est très difficile de le repérer. Et souvent, il est beaucoup trop tard !

Les employeurs doivent prendre des mesures de prévention pour éviter les 'risques psychosociaux' au travail et limiter les conséquences de ces risques.

Le burnout est parmi les premières causes d'absentéisme. Ce dernier coûte chaque année plus de 10 milliards d'euros aux employeurs belges. Les conséquences d'un Burnout sont d'une part une absence parfois supérieure à six mois pour celui qui en est victime et d'autre part, la désorganisation d'un service entier dans certains cas.

Cette formation, très concrète pour le secteur alimentaire, élaborée avec des spécialistes sur base des études les plus récentes, vise non seulement à identifier le Burnout mais surtout à le prévenir afin d'éviter de véritables catastrophes.

Basée sur des cas réels, cette formation est avant tout pragmatique et vise à la mise en oeuvre d'actions concrètes sur le terrain.

### Description de la formation

Proche de la réalité de la vie en société et en institutions, des cas concrets sont étudiés. Tels que :

- Les obstacles au bien-être au travail
- Les causes du Burnout
- Les éléments fondamentaux à surveiller pour prévenir le Burnout
- Le changement comme source récurrente de Burnout
- Le *Maslach Burnout Inventory* : le MBI pour identifier le Burnout
- Comment mettre en place une stratégie de prévention du Burnout

### Public concerné :

Tous les membres de la société (managers, collaborateurs, services HR...) confrontés à cette problématique.

### Déroulement du stage :

Ce stage combine l'apprentissage par la mise en situation et des études de cas réels tirés de situations vécues.

La possibilité de réaliser le test *Maslach Burnout Inventory* est proposée mais surtout la mise en place des solutions concrètes est favorisée.

Maximum 8 participants

Organisation du séminaire : 2 jours  
Suivi sur le terrain 2 heures par participant