

# Santé au travail – Prévenir le burn-out au travail : mieux le connaître pour le prévenir (niveau 1)

## Fiche technique

### Secteurs

Tous secteurs

### Public

Tous publics

### Durée

4 heures 50 - Temps de travail personnel estimé : 4 heures 50

### Organisme de formation

☞ Elodie Montreuil Formations

### Date limite d'inscription

17/12/2021

### Lieux & dates

☞ Groupe 1

Inscription sur : <https://elearning-opco-sante.fr/>

### Interlocuteur Opco Santé

plateforme.lms@opco-sante.fr

### Interlocuteur OF

Elodie Montreuil

[elodie.montreuil@gmail.com](mailto:elodie.montreuil@gmail.com)

06.49.82.87.30

### Intervenant

☞ Elodie Montreuil

Consultante spécialisée sur la santé au travail et l'organisation du travail

## Contexte

Depuis le début de la crise sanitaire, l'OPCO Santé a mis à disposition de ses adhérents et de leurs salariés une large offre de formations en ligne organisée autour de thématiques à la fois transverses et sectorielles via le site de formations en ligne :

<https://elearning-opco-sante.fr>

Une formation pouvant être réalisée à votre rythme ; une alternance entre des apports de connaissance et des mises en situation vous permettant une meilleure appropriation des acquis.

Une illustration avec des documentaires : Une remise du support de formation en fin de module.

Inscrivez-vous à cette formation en cliquant sur le lien suivant :

<https://elearning-opco-sante.fr/enrol/index.php?id=100>

## Objectifs

- ☞ Connaître les mécanismes du burn-out et ses manifestations.
- ☞ Savoir repérer et détecter les situations à risque et les salariés impactés au sein de son établissement.
- ☞ Identifier les leviers de prévention du burn-out permettant d'agir sur les facteurs liés au travail (Qualité de vie au travail, Risques psychosociaux) et les facteurs liés aux individus.

## Prérequis

- ☞ Adresse mail individuelle et professionnelle
- ☞ Navigateurs préconisés ; Firefox ou Google chrome
- ☞ Ordinateur (ou tablette) à usage individuel avec :
  - Webcam
  - Son
  - Bonne connexion wifi
- ☞ Casque (ou oreillette) avec micro ou à défaut, audio de l'ordinateur (haut-parleur)

## Contenu

- ☞ Le Burn-out : de quoi parle-t-on ?
- ☞ Les modalités d'identification du risque de Burn-out
- ☞ L'accompagnement et l'orientation des salariés étant en situation d'épuisement professionnel

➔ Les leviers de prévention du Burn-out

➔ Déroulé pédagogique :

- E-learning : Le burn-out : de quoi parle-t-on ? – Durée : 1h45

- E-learning : les modalités d'identification du risque de burn-out – Durée 1h00

- E-learning : l'accompagnement et l'orientation des salariés en situation de burn-out –  
Durée : 0h30

- E-learning : l'identification des leviers de prévention du burn-out – Durée : 1h10

- E-learning : évaluation de la formation – Durée : 0h05

Elodie Montreuil exerce en tant que consultante spécialisée sur la santé au travail et l'organisation du travail depuis une quinzaine d'années. Elle est l'auteur de l'ouvrage « Prévenir les risques psychosociaux et améliorer la qualité de vie au travail ».