



## Bulletin d'inscription- Atelier « SORTIR du BURN-OUT PROFESSIONNEL »

Cet atelier vise à proposer un espace d'échange groupal et une dynamique collective de soutien et de changement aux personnes suivies en individuel pour un Burn-Out Professionnel.

Durée : 4 séances de 2h

**Séance 1 : Partage autour du vécu du Burn-Out.** Mécanismes et symptômes.

**Séance 2 : Retrouver un équilibre.** Comprendre les changements nécessaires à opérer.

**Séance 3 : Réinvestir le travail.** Retrouver une bonne relation au travail. Reconstruire la motivation et stratégies de reprise (travail ou démarches professionnelles)

**Séance 4 : Bilan.** Renforcement de la motivation, et ajustement des stratégies personnelles

Horaires : de **9h30 à 11h30**:

- séance 1/4 : mardi 15/01/2019
- séance 2/4 : mardi 29/01/2019
- séance 3/4 : mardi 12/02/2019
- séance 4/4 : mardi 12/03/2019

Intervenante : Annabelle Bétizeau-Morge, psychologue

Lieu : **126 Rue Jules Ferry, 63118 Cébazat**

Une participation de **50 €\* (12,5€ par séance)** est demandée **à l'inscription, ou au plus tard à la première séance** (Chèque à l'ordre de « Association EIPAS »). Les séances non suivies ne sont pas remboursées

Frais d'inscription :

\*En cas de prise en charge par l'entreprise, les frais d'inscription sont de 220 € par stagiaire, pour les 4 séances, non remboursable en cas d'absence.

Nom :

Prénom :

Tel :

E-mail :

Entreprise :

Fonction :

Date et signature