



Prévention et repérage de l'usure professionnelle Gestion de l'activité et du temps

Réf : SST023

Durée : 14h

Dates et tarifs disponibles sur le site de l'association

Objectifs

- › Contribuer aux évolutions des situations de travail dans leurs aspects socio- organisationnels
- › Définir et prendre en compte les caractéristiques significatives de l'activité
- › Élaborer une démarche de prévention et de gestion des difficultés rencontrées au travail - Identifier les situations problématiques
- › Éviter l'installation de la fatigue source de stress et principal facteur déclenchant de l'usure professionnelle
- › Repérer le burn-out

Public*

- › Tout personnel

Programme

- › La charge de travail
- › L'organisation du travail
- › Psychophysiologie du travail
- › Les limites du corps
- › La fatigue
- › La récupération
- › Le stress
- › L'usure professionnelle
- › Échanges autour de la pratique quotidienne au travail
- › Élaboration d'une démarche préventive contre l'usure professionnelle
- › Approche des techniques de relaxation
- › Évaluation de la mise en place de nouvelles stratégies de gestion du travail

Méthodes pédagogiques

- › Analyse des pratiques
- › Mises en situation, cas concrets
- › Support pédagogique remis aux stagiaires

Modalités d'évaluation

- › Évaluation des connaissances
- › Évaluation des acquis en continu : quizz, étude de cas, mises en situation pratique...
- › Évaluation par objectif de formation
- › Questionnaire individuel de satisfaction à chaud
- › A distance : impact de la formation sur l'évaluation des pratiques

Intervenants

- › Ergonome - Kinésithérapeute

Délais d'inscription

Les inscriptions peuvent être enregistrées jusqu'à 48h avant la session. Cependant nous vous conseillons de nous les adresser au plus tard un mois avant le début du stage ; délai à partir duquel nous confirmons les formations

Accessibilité

*Transfaire prend en compte l'intégration des personnes en situation de handicap.
Contactez-nous afin d'étudier les différentes possibilités d'adaptation mises à disposition*