**ANNONCE E-MAILNG**

**Se reconstruire après un burn-out**

*"Comment retrouver une vie professionnelle de qualité ?"*

Animée par notre invitée, **Sabine BATAILLE**

* **Souffrance :** qu’elle soit physique et ou psychologique, les symptômes invalidants ne sont pas contrôlables,
* **Isolement :** sentiment d'isolement, de rejet, la personne ne sait plus comment se comporter dans son milieu professionnel,
* **Epuisement :** mental et physique, troubles du sommeil, de l’appétit. L'état de santé se dégrade.

**Sabine Bataille, sociologue autour de la souffrance au travail** donnera un aperçu des résultats de son enquête sur les signes avant-coureur du burnout (identifier les contextes à risques, repérer les symptômes) et donnera ensuite quelques modèles de résilience professionnelle d’anciennes victimes.

**AU PROGRAMME**

* Les phases de décrochages : quels signaux ? quelles alarmes ?
* Les contextes à risques : savoir repérer, prévenir et éviter la chute.
* Les étapes de la reconstruction : accompagner les victimes.
* Les modèles résilients : retrouver l’équilibre professionnel.

Managers ou Responsables des Ressources Humaines, **Khépri Développement a** développé

une démarche s'inscrivant dans votre stratégie sociale.

**Date : le 11-04**

**Horaires : 9 h 30 – 12 h 20**

**Lieu : Paris 10ème Bd Magenta. Salle réservée.**