

Formation Prévenir et faire face au burn-out des collaborateurs (Dirigeant, RH)

Qualité de vie et des conditions de travail (QVCT) Direction et stratégie d'entreprise Ressources humaines

Référence de la formation : **V002**

Villes : **Colmar, Strasbourg, Mulhouse**

Apprenez à prévenir le burn-out et faire face lorsqu'un collaborateur montre les premiers signes d'épuisement professionnel. Prévention, mesure des risques et accompagnement : soyez prêt à réagir.

Durée : **2 jours (14 heures)**

Tarif Inter : **Nous consulter**

[Tarif intra sur demande](#)

Mise à jour le 3 mars 2026

Cette formation évolue pour mieux répondre répondre à vos besoins. Découvrez notre nouveau programme :

[Formation Favoriser la qualité de vie et les conditions de travail \(QVCT\)](#)

Le burn-out, aussi appelé épuisement professionnel, est de plus en plus fréquent en entreprise.

Il est primordial de comprendre la complexité de cette pathologie afin d'**anticiper les potentiels facteurs et contextes qui induisent les risques** de burn-out dans votre entreprise.

La formation Prévenir et faire face au burn-out des collaborateurs (Dirigeant, RH) vous donne toutes les clés essentielles pour prévenir les burn-out en entreprise et accompagner les collaborateurs concernés.

Objectifs de la formation

- Définir le burn-out et les stades d'épuisement professionnel
- Identifier les premiers signes de burn-out et agir préventivement
- Évaluer les facteurs de stress des collaborateurs
- Mettre en place un plan d'accompagnement des salariés concernés
- Mettre en place un plan de prévention de l'épuisement professionnel

A qui s'adresse la formation ?

Public

- Dirigeants et RH

Pré-requis

- Avoir une connaissance de la réglementation en matière de santé au travail

Les points forts de la formation ?

- Formation animée par un formateur / coach
- Outils méthodologiques apportés permettant une mise en pratique immédiate
- Dirigeants et RH
- Avoir une connaissance de la réglementation en matière de santé au travail

Programme de la formation

1. Définir le burn-out et les stades d'épuisement professionnel

- Comprendre la complexité du burn-out
- Identifier les stades d'épuisement professionnel
- Comprendre les contextes qui induisent des risques de burn-out

2. Repérer les signes de burn-out

- Identifier les premiers signes de burn-out et agir préventivement
- Évaluer les facteurs de stress des collaborateurs
- Mesurer l'impact sur la santé physique et l'efficacité professionnelle

3. Accompagner et prévenir le burn-out

- Faire face aux situations à risque
- Mettre en place un plan d'accompagnement des salariés concernés
- Mettre en place un plan de prévention de l'épuisement professionnel

Modalités pédagogiques

Modalités pédagogiques

Exposés théoriques
Études de cas concrets
Mises en pratique

Validation de la formation

Attestation d'évaluation des acquis
Attestation de suivi de formation

Organisation

Formation à distance ou en présentiel

Evaluation des connaissances

Mise en situation et/ou questionnaire

Chiffres clés

93 %

de recommandation en 2024

90.5 %

de satisfaction en 2024

7266

nombre de stagiaires en 2024