

Le Burn-Out du professionnel libéral

Intervenante : Francine FRIEDERICH

Docteur en Sciences Humaines - Consultante en Ressources Humaines - Formatrice

Le jeudi 19 octobre 2017

Ibis Styles Bordeaux Aéroport – 95, avenue JF Kennedy – 33700 MERIGNAC

Programme :

Accueil des participantes à 8h45

Le burn-out :

- Les 3 dimensions de l'épuisement professionnel.
- Les facteurs de risques, les manifestations.
- Définir des axes de prévention.

Les pistes d'action « anti-stress » :

- Pratiquer la respiration profonde et la visualisation.
- Développer une pensée positive et une bonne estime de soi.
- Mieux gérer ses émotions et son temps.
- Développer une bonne hygiène de vie.
- Identifier et intensifier ses modérateurs de stress.
- Etre attentif à son mode de communication, à son comportement et améliorer ses interactions avec les autres.

Se faire plaisir.

La résilience, ou comment rebondir face à l'adversité :

- Comprendre le processus en jeu.
- Les éléments constructeurs de la résilience.
- Elaborer un plan d'action personnel.

Public visé

Chirurgien-dentiste femme et homme, assistant(e) dentaire.

Objectifs pédagogiques

Acquérir des outils opérationnels pour élaborer une stratégie de prévention, de réduction des risques et de gestion de crise.

Cette formation est susceptible d'être prise en charge par le FIF-PL pour les praticiens (es) et par Actalians pour les assistants (es) dans la limite du budget disponible. Le déjeuner est compris dans la formation.

Dans l'attente de nous retrouver, nous vous adressons nos meilleures salutations confraternelles.

Permanence FFCD le lundi et le jeudi de 9 h à 13 h

Tél : 05.81.02.41.93

Mail : ffcd.secretariat@gmail.com

Dr Nathalie DELPHIN

Présidente SFCD AQUITAINE

Tel. : 06.11.69.16.06

Mail : nathalie.delphin@sfcd.fr

BORDEAUX



Le burn out du professionnel libéral, le 19 octobre 2017 à Bordeaux

Bulletin d'inscription à renvoyer accompagné de votre règlement à l'ordre de FFCD à l'adresse suivante :

Secrétariat FFCD - 18, rue Charles Portal - 81000 ALBI

<input type="checkbox"/> Praticien (ne) syndiqué (e) SFCD	290 €
<input type="checkbox"/> Praticien (ne) non syndiqué (e)	320 €
<input checked="" type="checkbox"/> Adhésion annuelle obligatoire à FFCD	+ 40 €
.....Assistant (es) dentaire (s) ou secrétaire (s)	+ 270 €
<input type="checkbox"/> Etudiant (e) (l'adhésion FFCD est comprise)	90 €

Cachet, Téléphone, E-mail obligatoire

TOTAL

Nom et Prénom des assistants (es)

.....

.....