

Une journée pour penser le burn-out autrement, centrée sur les solutions et la reconstruction

Cette journée, inspirée par la demande de certains participants de 2017, se veut centrée sur l'échange et les solutions. Faisant suite au constat que, la plupart du temps, beaucoup d'espace est laissé à la description du burn-out et trop peu aux parcours de reconstruction, nous avons décidé de renverser les proportions. Nous souhaitons que chacun, professionnels ou personnes en souffrance, perçoive qu'au cœur des moments les plus noirs, il reste un espoir, et que parfois l'impossible est possible.



Le **Docteur Lechémiá** nous parlera de rééquilibrage physiologique et de micro nutrition ; le **Professeur Boudoukha** nous exposera la pertinence de l'utilisation des Thérapies Comportementales Cognitives dans le traitement du burn-out ; **Rémi Boyer et Albert-Jean Mougin** nous expliqueront ce qu'ils ont mis en place au sein du SNALC pour prévenir le burn-out ou, quand cela est nécessaire, accompagner leurs adhérents...



« I love burn-out ? »

Les ruptures professionnelles : après un BO, quel parcours de reconstruction

Vendredi 6 juillet 2018

Université Lumière Lyon 2
Bat. H, Amphi C
5 Avenue Pierre Mendès-France
69500 Bron

(Parking P2 gratuit
Tram T 2, bus 52 et 93,
Arrêt "Parilly Université Hippodrome")



UNIVERSITÉ
LUMIÈRE
LYON 2
UNIVERSITÉ DE LYON



...Une large place sera également laissée aux témoignages, ainsi qu'à la présentation d'approches diverses : RPBO, gestalt thérapie, approche pluridisciplinaire, psychologie positive...viendront enrichir notre réflexion et s'accompagneront d'échanges avec la salle, de débats en tribune lors d'une table ronde que nous voulons la plus interactive qu'il soit, pour enrichir les interventions et ancrer nos échanges au plus près des réalités vécues.



PROGRAMME



Matin

8h30 à 9h00 : Accueil café

9h00 à 9h15: Mot de bienvenue et introduction – Didier GIGANDON, Président de l'APIRAF

9h15 à 10h00 : Approche médicale du burn-out, rééquilibrage physiologique, nutrition et micronutrition – Docteur Didier LECHEMIA, médecin homéopathe

10h00 à 10h45 : Psychothérapie TCC du burn-out – Professeur Abdel Halim BOUDOUKHA, Professeur des Universités, Psychologie Clinique et Pathologique, responsable de l'atelier « Burn-out » au sein de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive

10h45 à 11h00 : Pause café

11h00 à 11h45 : Approches multiples face au burn-out, entre prévention et reconstruction - Rémi BOYER, Expert-Consultant, Responsable de Mobi-SNALC, et Albert-Jean MOUGIN, Délégué Général du SNALC

11h45 à 12h30 : Questions ? Réponses !

12h30 à 14h15 : Buffet de l'amitié

Après-midi

14h15 à 15h00 : Témoignages – Parcours de reconstruction professionnelle et personnelle.

15h00 à 16h00 : Table ronde : quelques exemples de prises en charge

Introduction - Philippe SARNIN, Professeur de Psychologie du Travail et des Organisations de l'Université de Lyon, Groupe de Recherche en Psychologie Sociale

Approche RPBO – Christine CHATILLON-VACHERET, Dirigeante Parcours&Talents

Approche Gestalt thérapie – Clotilde GIRARD, Dirigeante Espace Re-Source

Approche pluridisciplinaire – Association Mieux-Être et Travail

Approche résidentielle – Lieu de vie Au Temps Pour Soi (à confirmer)

Approche Psychologie Positive (à confirmer)

16h00 à 16h15 : Pause-café

16h15 à 17h15 : **Table ronde** : Avec l'ensemble des intervenants de la journée. Animée par le Professeur Sarnin et Didier Gigandon
Clôture de la journée

17h15 : Pot de l'amitié



Inscriptions

A effectuer via notre billetterie électronique en suivant le lien suivant :

<https://www.billetweb.fr/i-love-burn-out>



Participation aux frais

Inscription avant le 22 JUIN 2018 :

	Plein tarif	Tarif solidaire (étudiants et demandeurs d'emploi, sur justificatif)
Adhérent - abonné APIRAF	40 €	25 €
Non adhérent	55 €	40 €

Inscription après le 22 JUIN 2018 :

	Plein tarif	Tarif solidaire (étudiants et demandeurs d'emploi, sur justificatif)
Adhérent - abonné APIRAF	55 €	35 €
Non adhérent	70 €	50 €