

<b>Titre du cours / Kurstitel</b>		<b>Langue / Sprache</b>
Charge mentale des FEE : comment éviter le court-circuit		Français
<b>Description-Contenu / Kursbeschreibung-Inhalt</b>		
Le cours doit permettre d'identifier l'impact de la charge mentale dans la fonction de FEE et de développer des stratégies pour la gérer, avec les outils adaptés, afin d'éviter la surcharge. En effet, la fonction de FEE s'ajoute aux autres tâches professionnelles et augmente la charge mentale déjà présente.		
<b>Objectifs de formation / Bildungsziele</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Définir la charge mentale</li> <li>• Identifier son seuil personnel de surcharge mentale</li> <li>• Reconnaître les symptômes de la surcharge</li> <li>• Découvrir et mettre en œuvre des solutions pour se décharger</li> </ul>		
<b>Public-cible / Zielpublikum</b>		
Formateur/-trice de tous les métiers OrTra		
<b>Prérequis / Voraussetzungen</b>		
Aucun		
<b>Matériel de cours / Kursmaterial</b>		
Aucun		
<b>Durée de cours / Kursdauer</b>	<b>Prix du cours / Kurskosten</b>	
1 jour	CHF 250	
<b>Date-s du cours / Kursdatum/-daten</b>	<b>Horaires / Zeitplan</b>	
Mercredi 21 mai 2025	08.15-16.15	
<b>Lieu de cours / Kursort</b>		
OrTra Santé-Social – Fribourg, Zone industrielle le Vivier 15 1690 Villaz-St-Pierre		
<b>Intervenant-e-s / Referent-Inn-en</b>		
Nathalie Andrey Jordan		
<b>Délai d'inscription – Anmeldefrist</b>		
Lundi 21 avril 2025		