

C.P.B.O



Collectif de Prévention du Burn-Out

Groupement de bénévoles (médecins, psychologues, thérapeutes et spécialistes)  
au service de la prévention du burn-out, en Haute-Savoie.

# LES REUNIONS ET ATELIERS DU C.P.B.O

Complexe Martin Luther King  
Maison des associations  
Rue du Docteur Baud  
74100 Annemasse

- ***Nutrition et Burn-out***

**Samedi 3 octobre- 9h30- 11h30**

Animé par Rachel Cagnon - Praticienne en Nutrition Santé

- ***Le retour au travail après un burn-out***

**Mardi 6 octobre 18h-20h**

Animé par Anne RENAND - Consultante et Formatrice

- ***Sophrologie (atelier)***

**Samedi 21 novembre - 9h30-11h30**

Animé par Delphine CORMIER - Sophrologue

- ***l'EFT : libération émotionnelle (atelier)***

**Samedi 5 décembre - 9h30- 11h30**

Animé par Gwenaëlle SIDIBE - Formatrice/praticienne EFT

**CONTACT ET INSCRIPTION (obligatoire)**

**sur [www.preventionburnout74.fr](http://www.preventionburnout74.fr) | TARIF : 10€ adhérent/20 non adh**



# A SUIVRE EN 2021...

- **Art-thérapie (atelier)**

**Janvier (date à confirmer)**

Animé par Sandrine Laurendeau et Fabienne Daude-Art-thérapeutes

- **Le bilan de compétence**

**Février (date à confirmer)**

Animé par Nathalie AYET – Psychologue du travail

- **Sortir du burn-out par l'ACT Thérapie (atelier en ligne)**

**Mars - (date à confirmer)**

Animé par Sylvie FILET – ACT Thérapeute, Psychologue et Coach

- **Le retour au travail après un burn-out**

**Avril (date à confirmer)**

Animé par Anne RENAND – Consultante et Formatrice

- **Méditation pleine conscience (atelier en ligne)**

**Mai - (date à confirmer)**

Animé par Nolwenn Huyart – psychanalyste et instructrice

MBSR/MBCT