

Titre du cours / <i>Kurstitel</i>		Langue / <i>Sprache</i>
Charge mentale des FEE : comment éviter le court-circuit		Français
Description-Contenu / <i>Kursbeschreibung-Inhalt</i>		
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.		
Objectifs de formation / <i>Bildungsziele</i>		
• Définir la charge mentale • Identifier son seuil personnel de surcharge mentale • Reconnaître les symptômes de la surcharge • Découvrir et mettre en œuvre des solutions pour se décharger		
Public-cible / <i>Zielpublikum</i>		
Formateur/-trice de tous les métiers OrTra		
Prérequis / <i>Voraussetzungen</i>		
Aucun		
Matériel de cours / <i>Kursmaterial</i>		
Aucun		
Durée de cours / <i>Kursdauer</i>	Prix du cours / <i>Kurskosten</i>	
1 jour	CHF 250	
Date-s du cours / <i>Kursdatum/-daten</i>	Horaires / <i>Zeitplan</i>	
Lundi 2 novembre 2026	08.15-16.15	
Lieu de cours / <i>Kursort</i>		
OrTra Santé-Social – Fribourg, Zone industrielle le Vivier 15 1690 Villaz-St-Pierre		
Intervenant-e-s / <i>Referent-Inn-en</i>		
Nathalie Andrey Jordan		
Délai d'inscription – <i>Anmeldefrist</i>		
Lundi 5 octobre 2026		