

POST-BURNOUT

Journée remobilisation professionnelle

VENDREDI 24 JUIN 2022

3-7 RUE POITEVIN - BORDEAUX

DE 9h30 À 16h30

Journée organisée en clôture de
BURN'ette is Back

Programme inédit alliant
techniques thérapeutiques
psychoéducation et insertion
professionnelle.

Le retour au travail pour une victime du travail ça se prépare !
Le burnout peut laisser des séquelles qui nécessitent d'avoir une vigilance particulière lors du retour à l'emploi.

Les BURN'ettes sont des pépites !

Le burnout touche principalement des personnes engagées et rigoureuses. Et pourtant par ce vécu elles souffrent aujourd'hui de discrimination à l'embauche.

Mobilisons-nous !

Journée-événement du vendredi 24 juin 2022, organisée par **L'BURN** autour de la **remobilisation professionnelle post-burnout**.

Présentation de l'événement

L'association **L'BURN** accompagne depuis **2019** des femmes en burnout tout au long de leur reconstruction dans une perspective de **réinsertion socio-professionnelle**.

A l'occasion de la clôture de ce **programme de remobilisation professionnelle BURN'ette is Back**, nous organisons une **journée-événement** pour mettre en lien les structures de l'insertion, les entreprises et les personnes ayant vécu un burnout.

Qu'est ce que le programme **BURN'ette IS BACK** ?

Accompagnement de 6 mois alliant techniques thérapeutiques psychoéducation et insertion professionnelle. Programme conçu à partir d'un travail de recherche pluridisciplinaire afin d'aider les personnes ayant vécu un burnout à retourner vers l'emploi.

Pour qui ?

Le **vendredi 24 juin** sera alors une **journée dédiée à la remobilisation professionnelle**. Cet événement s'adresse aux femmes victimes de burnout et réunit à la fois des entreprises engagées et des professionnels de l'insertion, avec des espaces dédiés à l'accompagnement et au recrutement.

Pourquoi ?

Pour les **BURN'ettes** :

- Présenter les **différents dispositifs d'insertion** aux participantes afin de prendre le relais du programme **BURN'ette is BACK** et pouvant bénéficier de façon plus générale à toutes nos bénéficiaires.
- Permettre aux participantes de bénéficier de **job datings avec des entreprises engagées**.
- Permettre aux participantes de se présenter pour la **première fois depuis leur burnout** à une entreprise et **lever les freins**. (Les entreprises présentes pourront les aider à améliorer leur présentation mais aussi leur proposer éventuellement un stage d'immersion, PMSMP, contrats courts...).
- Découvrir un **nouveau domaine professionnel**, de développer leur réseau et de se tester à nouveau, progressivement, dans un milieu professionnel.

Pour les professionnels :

- Sensibiliser sur la question de la **réinsertion professionnelle post-burnout**, afin d'éclairer au mieux.
- Déstigmatiser les victimes de burnout sur le marché de l'emploi.
- Rencontrer des candidates et bénéficier de **profils disponibles pour intégrer leurs équipes** selon les besoins.

A qui s'adresse cet événement ?

Les BURN'ettes prêtes à se projeter professionnellement :

Le matin, nous accueillerons les **12 participantes du programme BURN'ette is Back** et l'après-midi, **toute personne ayant vécu un burnout** et qui se sent prête à envisager un retour à l'emploi ou à commencer à envisager son avenir professionnel.



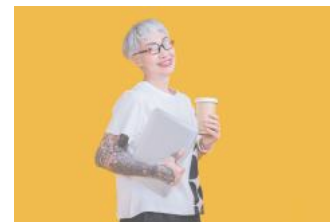
Les BURN'ettes qui ont des pistes professionnelles et qui se sentent encore perdues :

Pour échanger avec les acteurs de l'insertion professionnelle et découvrir leurs dispositifs d'accompagnement.



Les BURN'ettes qui veulent se tester auprès d'entreprises et pourquoi pas décrocher un stage ou contrat court :

Pour se présenter pour la première fois depuis leur burnout auprès d'entreprises engagées, recevoir des conseils, et développer son réseau.



Les BURN'ettes qui envisagent l'entrepreneuriat :

Pour pitcher son projet avec des structures d'accompagnement à la création d'entreprise, recevoir des conseils pour se lancer et découvrir les aides locales existantes.

Les structures de l'accompagnement qui souhaitent présenter leurs accompagnements aux BURN'ettes :

- CAP Emploi 33
- Force Femmes
- Les Pépites
- CIBC33
- AVARAP
- SIMPLON
- Femmes des territoires
- La Ruche
- Les Premières...

Les entreprises qui veulent rencontrer des BURN'ettes, pour leur donner des conseils, les aider à franchir le cap de la rencontre employeur et pourquoi pas leur donner l'opportunité d'un stage d'immersion, d'un contrat court :

- Fondation AÉSIO
- Crédit Agricole
- MAIF
- Madéo exploitation - Victoria Garden
- Open skills RH
- Ethypic
- QERYS
- EXALT YOU...

PROGRAMME

MATIN - De 9h30 à 12h (BURN'ette is Back)

Installation et accueil des professionnels

Rencontres et job datings avec :

- les structures de l'**accompagnement** situées au rez-de-chaussée
- les **entreprises engagées** installées à l'étage : jobmeeting avec les BURN'ettes participantes du programme BURN'ette is Back

APRES-MIDI - De 13h30 à 16h30 (tout public)

Rencontres avec :

- les structures de l'**accompagnement** situées au rdc
- les **entreprises engagées** installées à l'étage

GRATUIT
RESERVER SON BILLET

COCKTAIL - A partir de 17h

Cocktail-bilan et concert :

Afin de clôturer cette journée dédiée à la remobilisation professionnelle, nous serions heureuses de vous recevoir pour un moment convivial à partir de 17h. Le temps pour **Anne-Sophie VIVES, directrice-fondatrice de l'association L'BURN**, de revenir sur ces **6 mois d'accompagnement** et de présenter les premières analyses du **programme BURN'ette is BACK** dans un cadre festif.

INFOS

DATE - Vendredi 24 juin 2022

De 9h30 à 16h30

Suivi d'un **cocktail-bilan à partir de 17h** avec présentation des premières analyses du programme BURN'ette is BACK

LIEU - Maison des BURN'ettes

Située au **3 à 7 rue Poitevin à Bordeaux** (proche Gambetta)

Accès tram ligne D, arrêt Fondaudège Muséum ou arrêt Quinconces

Appel aux dons

Cet événement est totalement gratuit.

C'est donc **grâce aux dons** que l'association peut continuer à proposer des accompagnements au plus proche des besoins des BURN'ettes.

Soutenez-nous en cliquant ici

L'association L'BURN - Les BURN'ettes se mobilise pour accompagner les femmes en burnout, à reprendre une activité professionnelle.

Qui sommes-nous ?

Association bordelaise reconnue d'intérêt général d'aide aux femmes victimes de burnout qu'il soit professionnel et/ou personnel créée en mars 2019, nous avons pour objet :

- d'accompagner les femmes victimes de burnout tout au long de leur reconstruction en vue de leur réinsertion socio-professionnelle
- de sensibiliser à la question du burnout et de la spécificité du burnout des femmes.

Il s'agit d'un **dispositif mixte de pair-aidance** (toutes les bénévoles sont en phase de reconstruction post-burnout) avec des professionnels de santé, du droit et du social. L'association bénéficie d'un **comité scientifique** pluridisciplinaire qui réalise des travaux de recherche sur la question du burnout et de la spécificité du burnout des femmes et conceptualise les programmes d'accompagnement.

Pourquoi avoir créé cette association ?

2,55 millions de personnes sont touchées par le burnout en France : ce chiffre a doublé depuis la crise sanitaire.

Pourtant face à ce fléau, la prise en charge du burnout en France est encore lacunaire : entre méconnaissance du syndrome, difficulté de reconnaissance légale et sociale, manque de visibilité des acteurs compétents et des démarches à réaliser...

L'association répond à un besoin de coordination, d'écoute et d'accompagnement bienveillant sur le long terme en vue d'une **réinsertion socio-professionnelle**.

Pourquoi les femmes ?

Les femmes sont 2 fois plus concernées par le burnout : En cause notamment les inégalités professionnelles et intrafamiliales, la mauvaise conciliation vie privée/vie professionnelle, la charge mentale et la sous-valorisation des métiers à prédominance féminine. Pendant la crise sanitaire, selon la fondation des femmes et l'INED, les femmes ont été majoritairement impactées.



Combien de personnes sont accompagnées par l'association ?

En trois ans, nous avons suivi de façon individuelle ou collective **600 femmes victimes de burnout sur la Région Nouvelle Aquitaine** et au delà grâce aux ateliers virtuels mis en place. Nous sommes suivies par **6500 personnes sur les réseaux sociaux**.

La communauté d'entraide virtuelle sur facebook compte à ce jour plus de **920 femmes en burnout**.

Afin de répondre à la demande grandissante, l'association va procéder à l'essaimage de son modèle sur d'autres territoires en France dès 2023.

Que proposons-nous ?

Prévention

Des actions de sensibilisation (conférences, ateliers managers-RH, escape game, expositions) en entreprise sur la question du burnout avec un focus particulier sur l'impact des inégalités professionnelles, de la sous-valorisation des emplois à prédominance féminine, du sexisme, du harcèlement sur l'état d'épuisement psychique et physique des femmes. Par une prise en charge précoce des salariés en état de vulnérabilité.

Accompagnement post-burnout

- **Accompagnement individuel :**

Par une première écoute, une aide à l'orientation, à la prise en charge et à l'information assurée par des pair-aidantes. Permanences gratuites de psychologues du travail, avocates, assistantes sociales et coachs.

- **Accompagnement collectif à la reconstruction :**

Communauté d'entraide virtuelle sur Facebook. Groupes de parole entre pairs à destination des BURN'ettes ou de leurs aidants (conjointes, enfants...) et AfterNoWorks en présentiel ou en virtuel. Ateliers de reconstruction (approches psycho-corporelles (sophrologie, sport thérapeutique, randonnées...), remédiation cognitive, méditation, EMDR, activités manuelles...). Cafés-infos (intervenants pôle emploi, CARSAT, CAP EMPLOI ...).

- **Accompagnement collectif à la remobilisation professionnelle :**

L'association L'BURN travaille sur la question de la remobilisation professionnelle des victimes de burnout depuis sa création en faisant un choix audacieux de structuration associative. Toutes les bénévoles de l'association sont en phase de reconstruction post burnout. L'objectif est de reprendre confiance grâce à des tâches semi-professionnelles effectuées dans des conditions sécurisantes, non anxiogènes.

- **BURN'ette is BACK :**

Programme de remobilisation professionnelle des femmes victimes de burnout mêlant techniques thérapeutiques, psycho-éducation et techniques d'insertion professionnelle, et droit des femmes.

Appel aux dons

C'est **grâce aux dons** que l'association peut continuer à proposer des accompagnements qui répondent aux besoins des BURN'ettes.

Soutenez-nous en cliquant ici

CONTACTS - Association L'BURN Maison des BURN'ettes à Bordeaux

Anne-Sophie VIVES, directrice-fondatrice
direction@lesburn-ettes.com - 06 69 52 39 68

Ela Stolla, chargée de mission BURN'ette is Back
association@lesburn-ettes.com - 06 09 09 10 92

Marlène Bonhomme, chargée de communication
com@lesburn-ettes.com - 06 85 03 74 31

SITE INTERNET

lesburn-ettes.com

RESEAUX SOCIAUX



L'BURN

-la communauté des BURN'ettes-