

Prévenir et soulager les situations de stress et d'épuisement dans les secteurs de l'aide et du soin

Matinée d'étude - vendredi 1er décembre - WOLUBILIS

L'ampleur des besoins sur le terrain, la complexité des problématiques sociales rencontrées, le travail en sous-effectif, le sentiment d'impuissance face à la détresse des usagers, la digitalisation des services essentiels... autant de facteurs qui mettent les professionnel-le-s du social-santé sous pression, en dépit de leur motivation et de leur engagement. Les travailleurs de première ligne ont besoin de prendre soin d'eux-mêmes – et d'être soutenus dans cette démarche - pour pouvoir prendre soin des autres et assumer au mieux leurs missions essentielles.

C'est pourquoi l'antenne **Bruxelles Est** et **PsyBru** souhaitent proposer aux acteurs de terrain des **pistes pour améliorer leur bien-être au travail** à l'occasion d'une matinée d'étude.

Cette matinée aura lieu le vendredi **1er décembre** de **9h à 13h30** à **WOLUBILIS** (Cours Paul-Henri Spaak 1, 1200 Bruxelles). Elle s'adresse aux professionnel-le-s de première et deuxième ligne et vise à

- éclairer les **mécanismes du stress et de l'épuisement professionnel** et leurs **spécificités dans les secteurs de l'aide et du soin**,
- présenter des **ressources susceptibles d'être activées** par les travailleurs eux-mêmes ou les équipes.

INSCRIPTION

La participation est **gratuite** mais **l'inscription est obligatoire** via ce [LIEN](#).
Les places étant limitées, n'attendez pas pour vous inscrire (au plus tard le 20 novembre).



PROGRAMME

9h00 – 9h30	<i>Accueil café</i>
9h30 – 9h40	<i>Mot d'accueil</i> , Amélie Lecomte , coordinatrice de l'antenne Bruxelles Est, Chloé Beernaerts et Joachim Donner , ambassadeurs soins psychologiques de première ligne en Région de Bruxelles-Capitale
9h40 - 10h30	<i>Quand aider épuise. Comprendre, prévenir et gérer le stress des soignants en santé mentale</i> , Dr Caroline Depuydt , psychiatre et directrice médicale adjointe, Epsilon
10h30 – 11h20	<i>Prendre soin des soignants pour mieux prendre soin des bénéficiaires/patients</i> , Mathieu Louiset , responsable des services d'amélioration, ASBL PAQS, et maître de conférences invité, Faculté de Santé Publique de l'UCLouvain
11h20 – 11h40	<i>Pause-café</i>
11h40 – 12h30	Éclairage de projets orientés vers le partage des difficultés et le renforcement des professionnels - <i>Soulager le stress des médecins généralistes</i> , Dr Julie Gosuin , médecin généraliste à la Maison Médicale Neptune, présidente de l'Association des Médecins Généralistes du Quartier Nord - <i>La prévention et la médiation des conflits au sein du CPAS de la Ville de Bruxelles</i> , Dimitri Alençon , responsable de la Cellule Prévention et Médiation de conflits au CPAS de la Ville de Bruxelles
12h30 – 13h30	<i>Lunch sandwiches</i>

ACCÈS WOLUBILIS, Cours Paul-Henri Spaak 1, 1200 Bruxelles

En transports en commun

Métro Ligne 1 - arrêt Roodebeek (5' à pied de Wolubilis)
Tram 8 – arrêt Roodebeek (5' à pied de Wolubilis)
Bus Stib : 29, 42, 45 - Bus De Lijn : 178, 359, 659

En voiture

Parking de dissuasion de la STIB gratuit avenue J. Brel
Parking payant au Woluwe Shopping Center

À vélo

Stationnements pour vélos sur le site de Wolubilis

