

# Prévention du burn-out

Ta petite nièce veut devenir  
médecin et tu hésites à la décourager ?

Tes collègues ou toi avez  
souffert de surmenage ?

Tu veux que ça change ?

Les Jeunes médecins de premier recours Suisses **JHaS** et les Jeunes Internistes Suisse **SYI** vous invitent à participer au 1er WE dédié à cette thématique !

Samedi 12 janvier	Matin - 10:00
	Burn-out : définition et état de lieux en Suisse. (Fr.) <b>Rachel Pernet</b> , psychologue FSP/AVP
	Projet OSLER, groupe d'Intervision ente médecin-assistant.e.s. (Fr.) <b>Dr Claudio Sartori</b> , médecin associé, médecine interne, CHUV Lausanne
	Après-midi - 13:30
	Groupes de travail (Fr.-All.) 1) Développement de cours de self-management pour médecin-assistant.e.s 2) Quel assistanat pour demain ? Quelles actions entreprendre ?
Dimanche 13 janvier	Introduction à la méditation en pleine conscience. (Fr.-All.) <b>Sarah El-Achachi</b> , médecin-assistant, hôpital de Fribourg
	Matin - 9:00
	Introduction au self management. (Fr.-All.) <b>Dr Jérôme Gauthey</b> , interniste-généraliste, Bienne
	Cinema-Education (Fr. - All.) <b>Dr Gabriela, Rohrer</b> , interniste-généraliste, présidente JHaS

Date : samedi 12 au dimanche 13 janvier (nuits incluses)

Lieu : Hilfligweg 10 / 3172 Niederwangen (BE)

Prix : 100.- /pers (logement et nourriture)

# Burn-Out Prävention

Wenn dein Neffe Dir erzählt, dass er Arzt werden will, würdest Du ihm davon abraten?

Bist Du der Meinung, dass die Arbeitsbedingungen für Ärzte grosses Verbesserungspotential haben?

Die Junge Hausärztinnen und -ärzte Schweiz **JHaS** und die Swiss Young Internists **SYI** laden euch zum ersten Weekend zu diesen Themen ein.

Samstag 12 Januar	Vormittag - 10:00
	Burn-out : Bedeutung und Standort Bestimmung in der Schweiz (Fr.) <b>Rachel Pernet</b> , Psychologin FSP/AVP
	OSLER Projekt, Intervisionsgruppe zwischen Assistenzärzten (Fr.) <b>Dr Claudio Sartori</b> , Kaderarzt, Innere Medizin, CHUV Lausanne
	Nachmittag - 13:30
	Diskussionsgruppe (Fr. - DE.) 1) Entwicklung Self-Management Kurse für Assistenzärzte 2) Gestalte Deine Assistenzarztzeit! Wie können wir diesen verbessern?
Sonntag 13 Januar	Einleitung zur Achtsamkeit (Fr. - DE.) <b>Sarah El-Achachi</b> , Assistenzärztin, hôpital de Fribourg
	Morgen - 9:00
	Einleitung zum Self-Management (Fr. - All.) <b>Dr Jérôme Gauthey</b> , Allgemein Internist, Bienne
	Cinema-Education (Fr. - DE.) <b>Dr Gabriela, Rohrer</b> , Allgemein Internistin, JHaS Präsidentin

Datum: Samstag 12. Januar bis am Sonntag 13. Januar 2019

Ort: Hilfligweg 10 / 3172 Niederwangen (BE)

Kosten: 100.-/pp (Übernachtung und Verpflegung inklusive)



Junge Hausärztinnen und -ärzte Schweiz  
Jeunes médecins de premier recours Suisses  
Giovani medici di base Svizzeri



L'équipe d'organisation / Das Organisationsteam

John Nicolet, Yverdon - john.nicolet@gmail.com / Linda Habib, Soleure - linda.habib@hotmail.com

Nathalie Scherz, Bienne - nathalie.scherz@gmail.com / Jérôme Gauthey, Bienne - jerome\_gauthey@bluewin.ch