



# Stress und **BURN-OUT**: Anzeichen, Auswirkungen und Lösungen



**MEDICENTRE**

*Biel-Bienne*

MEMBRE DU RÉSEAU DE L'ARC

# Öffentliche zweisprachige Konferenz - Donnerstag, 5. Dezember 2024

Unsere öffentliche Konferenz im Dezember wird sich mit dem Thema **“Stress und burn-out : Anzeichen, Auswirkungen und Lösungen”** beschäftigen. Diese Phänomene betreffen immer mehr Menschen und können verheerende Folgen für die geistige und körperliche Gesundheit haben.

In dieser Konferenz werden die Warnzeichen, die Auswirkungen auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden sowie praktische Lösungen zur Vorbeugung und Bewältigung dieser alltäglichen Herausforderungen besprochen. Unsere Experten werden Ihnen Anregungen geben, wie Sie diese Phänomene besser verstehen und darauf wirksam reagieren können.

**Datum :** Donnerstag 5. Dezember 2024 | 18:30 - 20:00

**Ort :** Hotel Courtyard by Marriott - Salle Ginger, Esplanade du Palais des Congres 15, 2502 Bienne

## **18:30** Empfang und Begrüßung

Dr. Jean-Marie Sengelen - Chefarzt des Departements Pôle santé mentale (Psychiatrie)

## **18:40** Stress und Burn-out: Anzeichen, Auswirkungen, Lösungen

Dr Denis Kenzin – Stellvertretender Chefarzt Pôle santé mentale, Facharzt für Psychiatrie  
Samuel Hofer - Chef-Psychologe, Eidgenössisch anerkannter Psychotherapeut

## **19:40** Fragen und Antworten

## **20:00** Aperitif

Der Eintritt ist frei, aber Reservierungen sind erforderlich:

- Per E-Mail an [communication@reseaudelarc.net](mailto:communication@reseaudelarc.net)
- Per Telefon unter **+41 32 494 39 43**
- Über das **Online-Formular** (unten)

