



Stress et **BURN-OUT** :  
signes, impacts et solutions



**MEDICENTRE**

*Biel-Bienne*

MEMBRE DU RÉSEAU DE L'ARC

# Conférence publique bilingue – jeudi 5 décembre 2024

Notre conférence publique du mois de décembre portera sur le thème “**Stress et burn-out : signes, impacts et solutions**”, phénomènes de santé mentale qui touchent de plus en plus de personnes et qui peuvent avoir des conséquences dévastatrices sur la santé mentale et physique.

Cette conférence abordera les signes avant-coureurs, les conséquences sur votre santé et votre bien-être, ainsi que des solutions pratiques pour prévenir et gérer ces défis du quotidien. Nos experts vous donneront des pistes pour mieux comprendre ces phénomènes et réagir efficacement.

**Date :** Jeudi 5 décembre 2024 | 18:30 - 20:00

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

**18:30 Accueil et mot de bienvenue**

Dr Jean-Marie Sengelen – Médecin-chef du Département Pôle santé mentale

**18:40 Stress et burn-out : signes, impacts, solutions**

Dr Denis Kenzin – Médecin-chef adjoint Pôle santé mentale, spécialiste en psychiatrie

Samuel Hofer – Psychologue-chef, spécialiste en psychothérapie OFSP

**19:40 Questions-réponses**

**20:00 Apéritif**

L'entrée est libre, mais les réservations sont obligatoires :

- Par email à [communication@reseaudelarc.net](mailto:communication@reseaudelarc.net)
- Par téléphone au **+41 32 494 39 43**
- Au travers du **formulaire en ligne** (scannez le code QR ci-dessous)

