



Ordine dei Medici Veterinari della Provincia di Udine
organizza

VET-STRESS: lo stress lavoro-correlato, il burn-out e la gestione emotiva dell'eutanasia

Domenica 22 aprile 2018
Udine – Via Pozzuolo 330- Aula 21

RELATORI

Dr.ssa Barbara Alessio, Psicologa e psicoterapeuta

iscriz. Albo degli psicoterapeuti n° 1839

www.almadea.it

COSTI

50 euro, comprensivi di materiale didattico, Light lunch, 2 Coffee break

ISCRIZIONE

Inviare una mail presso la Segreteria dell'Ordine dei Medici Veterinari di Udine
indicando le generalità (Nome-Cognome-Ordine di appartenenza, Numero di iscrizione)
a:

info@veterinari.udine.it

e attendere conferma per effettuare il pagamento via bonifico bancario al conto
IT 75 U 087 1512 3010 0000 0724 831 Banca di Udine – Credito Cooperativo
Specificando nome, cognome e causale **"CORSO BURNOUT"**

Per ulteriori informazioni: 0432/501466

- 8.30 - 9.00 Registrazione dei partecipanti
- 9.00 - 9.30 Le variabili stressanti nella professione veterinaria:
l'impatto dello stress nel lavoro
- 9.30 - 10.00 La sindrome del burn-out
- 10.00 - 11.00 La "giusta distanza" emotiva
- 11.00 - 11.30 Coffee break
- 11.30 - 12.30 Tecniche di gestione dello stress: imparare a
proteggersi
- 12.30 - 13.00 Meditazione ed autoconsapevolezza
- 13.00 - 14.00 Pausa pranzo e compilazione questionario di
autovalutazione
- 14.00 - 16.00 La gestione emotiva della pratica eutanasica
- 16.00 - 16.30 Coffee break
- 16.30 - 17.30 Discussione in gruppo e analisi dei questionari di
autovalutazione
- 17.30 - 18.00 Mindfulness