



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](http://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](mailto: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