

## **Bruxelles Est et PsyBru organisent une matinée d'étude « Prévenir et soulager les situations de stress et d'épuisement dans les secteurs de l'aide et du soin » le 01/12/23**

L'antenne en santé mentale **Bruxelles Est** et **PsyBru** organisent, vendredi **1<sup>er</sup> décembre** de 9h30 à 12h30, à Wallobilis, une matinée d'étude sur le thème « **Prévenir et soulager les situations de stress et d'épuisement dans les secteurs de l'aide et du soin** ».

L'ampleur des besoins sur le terrain, la complexité des problématiques sociales rencontrées, le travail en sous-effectif, le sentiment d'impuissance face à la détresse des usagers, la digitalisation des services essentiels... autant de facteurs qui mettent les professionnel·le·s du social-santé sous pression, en dépit de leur motivation et de leur engagement. Les travailleurs de première ligne ont besoin de prendre soin d'eux-mêmes - et d'être soutenus dans cette démarche - pour pouvoir prendre soin des autres et assumer au mieux leurs missions essentielles.

C'est pourquoi l'antenne **Bruxelles Est** et **PsyBru** souhaitent proposer aux acteurs de terrain des **pistes pour améliorer leur bien-être au travail** à l'occasion d'une matinée d'étude.

Cette matinée aura lieu le vendredi **1<sup>er</sup> décembre** de **9h à 13h30** à **WOLUBILIS** (Cours Paul-Henri Spaak 1, 1200 Bruxelles). Elle s'adresse aux professionnel·le·s de première et deuxième ligne et vise à

- éclairer les **mécanismes du stress et de l'épuisement professionnel** et leurs **spécificités dans les secteurs de l'aide et du soin**,
- présenter des **ressources susceptibles d'être activées** par les travailleurs eux-mêmes ou les équipes.

### **INSCRIPTION**

La participation est **gratuite** mais **l'inscription est obligatoire**.

Les places étant limitées, n'attendez pas pour vous inscrire (au plus tard le 20 novembre).