

FAITES UN DON ET SOUTENEZ LA RECHERCHE DE VOTRE CHOIX !

La Fondation Saint-Luc mène une grande campagne de récolte de fonds afin de soutenir les chercheurs des Cliniques universitaires Saint-Luc. L'enjeu est de faire progresser la recherche médicale et scientifique. Les sommes collectées seront attribuées à des recherches innovantes et prometteuses, et cela dans tous les domaines de la santé.

Obstétrique 	Pneumologie 
Diabétologie & Endocrinologie 	Urgences 
Psychiatrie adulte 	Urgences & Smur 
Néphrologie 	Anesthésiologie 
Chirurgie cardiaque 	
Cardiologie 	
Médecine physique et réadaptation 	
Gynécologie & Andrologie 	Radiothérapie oncologique 
Oncologie médicale 	Neurologie 
	Rhumatologie 

Appel aux dons pour la recherche médicale

www.projetsdesaintluc.be

CHAQUE EURO COMPTE !

IBAN : BE41 1910 3677 7110
 BIC : CREGBEBB
 Communication : Bourses
 Les dons de 40 euros et plus sont déductibles fiscalement.



CONFÉRENCE

BURN-OUT

STOP AUX IDÉES FAUSSES !

INVITATION
 MARDI 19 MAI 2020
 À 18H30

BURN-OUT

STOP AUX IDÉES FAUSSES !

CE QUE JE VIS,
EST-CE DU STRESS,
DE L'ANGOISSE,
DE L'ANXIÉTÉ, UN
SENTIMENT DÉPRESSIF
OU SIMPLEMENT
DE LA FATIGUE ?
SUIS-JE CONFRONTÉ
AU BURN-OUT ?

Le concept de burn-out a fait son apparition dans les années '70 pour décrire l'épuisement au travail des soignants. Burn-out signifie littéralement « se consumer ». Mais qu'est-ce qui se cache derrière ce terme « fourre-tout » aujourd'hui trop largement utilisé ?

Le burn-out est un état d'épuisement physique et émotionnel qui s'exprime dans la sphère professionnelle. Le burn-out apparaît quand le travailleur ressent un écart trop important entre le stress inhérent à sa fonction et les retours positifs qu'il en attend. Concrètement, face à des situations de stress professionnel chronique, la personne en burn-out ne parvient plus à faire face.

1 SALARIÉ SUR 5 EN RISQUE D'ÉPUISEMENT*

Course à la performance, objectifs inatteignables, concurrence professionnelle, absence de reconnaissance, directives contradictoires, manque de soutien des pairs sont autant de raisons menant certaines personnes à souffrir d'un burn-out. Les travailleurs concernés se sentent à bout, épuisés, irritables. Chaque matin est un nouveau combat. Ils ne voient plus de sens à ce qu'ils font. 18% des salariés belges sont en risque d'épuisement.

QUE FAIRE ?

Le burn-out est un réel problème de société, et il est plus que jamais important de le comprendre et de le prévenir. **La compréhension de ce syndrome permettra de ne plus le confondre avec la dépression, l'anxiété, et donc de mieux le traiter.** Sa prévention doit être pensée au sein de l'entreprise mais également au niveau individuel. Car si le burn-out est inhérent à l'organisation du travail, celle-ci n'est pas la seule en cause. Ce phénomène est étroitement lié à des éléments propres à l'individu, tels que son mode de fonctionnement, les pressions et contraintes qu'il s'impose, la manière dont il appréhende le travail, etc.

La bonne nouvelle, c'est que nous avons un réel impact sur notre bien-être ; nous pouvons donc en devenir les acteurs ! **Nous nous réjouissons de vous retrouver le 19 mai prochain pour une conférence particulièrement enrichissante et informative, autour du Professeur Alain Luts, déterminé à mettre de l'ordre dans toutes les fausses croyances qui entourent le burn-out.**

* Baromètre de l'épuisement, réalisé par Bright Link pour L'Echo.

34^{ème} SOIRÉE ACADÉMIQUE ANNUELLE DE LA FONDATION SAINT-LUC

Le mardi 19 mai à 18h30 précises

Accueil par **Monsieur REGNIER HAEGELSTEEN**,
Président de la Fondation Saint-Luc

Clôture par le **Professeur VINCENT BLONDEL**,
Recteur de l'UCLouvain

À cette occasion, les lauréats boursiers 2020-2021,
membres du personnel de Saint-Luc, seront mis à l'honneur.

VOUS ASSISTEREZ À LA CONFÉRENCE INTITULÉE :

BURN-OUT

STOP AUX IDÉES FAUSSES !

Donnée par le **Professeur ALAIN LUTS**,
Psychiatre aux Cliniques universitaires Saint-Luc,
responsable de la psychiatrie de liaison
et de la clinique des troubles anxieux.

La soirée sera animée par **Tessa Schmidburg**, Secrétaire générale,
et **Matthieu van der Bruggen**, Mécène (au nom du Fonds 'Julie Drion
et les Tournesols') & Ami de la Fondation.

COCKTAIL DÈS 20 HEURES

R.S.V.P. obligatoire avant le 11 mai 2020

- Au moyen du formulaire online www.fondationsaintluc.be/remise-des-bourses-2020
- À l'adresse fondation-saintluc@uclouvain.be
- Par courrier postal : **Fondation Saint-Luc,**
Avenue Hippocrate, 10 - 1200 Bruxelles

ACCÈS GRATUIT

ADRESSE DU JOUR :

- **Auditoire André Simonart**,
Auditoires centraux
de la Faculté de médecine
de l'UCLouvain
Avenue Mounier, 71
à 1200 Bruxelles
- **Parking Mounier** : entrée libre