

Informations générales:

Date	Jeudi 15 mai 2025 08:00-17:15 formation continue; à partir de 17h15 Apéro riche	
Date limite d'inscription	Jeudi 8 mai 2025	
Langue	Français	
Choix des ateliers	Afin de privilégier les échanges, le nombre de participants est limité à 20 personnes par atelier. Merci de déterminer les ateliers par ordre de préférence lors de votre inscription. Nous ferons notre maximum pour répondre à votre choix.	
Emplacement	Hôtel Alpha Palmier, Rue du Petit-Chêne 34, 1003 Lausanne	
Arrivée	Transports publics: L'hôtel Alpha Palmier se situe à 5 minutes à pied de la gare Voiture: Parking public payant situé dans l'immeuble de l'hôtel	
Participant(e)s:	Membres de la SAEKK Caisse-Maladie des Médecins Suisses.	
Frais de participation	CHF 50.- Votre paiement confirmera votre inscription.	
Organisation	Caisse-Maladie des Médecins Suisses, Oberer Graben 37, Case postale 2046, 9001 Saint-Gall: Hotline Organisation 071 227 18 18 info@saekk.ch	
Crédits	Les demandes d'accréditations ont été adressées auprès des sociétés suivantes: médecine psychosomatique, psychiatrique, dentaire, vétérinaire et chiropratique.	
Inscription	Par email à info@saekk.ch ou via le QR code	

Soutenu par:



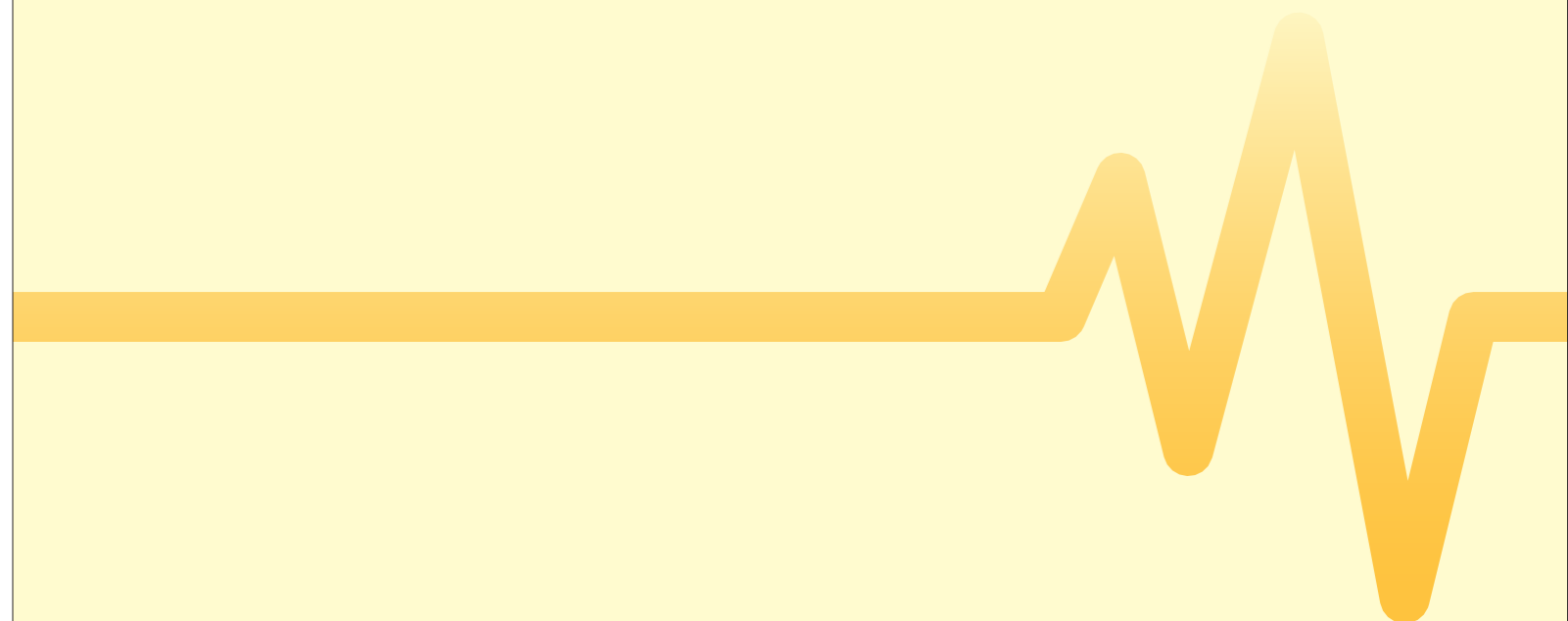
Formation continue interdisciplinaire :

Encore plus de facilité
dans le travail, vos patients
en profiteront aussi.

Jeudi 15 mai 2025

08:00-17:15

Hôtel Alpha Palmier, Lausanne



Chères et chers collègues,

Depuis plus de 125 ans, la SAEKK, société coopérative, propose des prestations d'assurance de haute qualité de médecins pour les médecins. C'est dans cet esprit de solidarité que nous avons lancé en 2024, sous la devise «take care of the caregivers», une offre de prévention pour nos membres. Ces offres comprennent des journées de formations continues et de coaching en petits groupes dans la nature avec ONEDAY®.

Les patientes et les patients que vous soignez quotidiennement avec un grand engagement bénéficieront également de ces formations, directement par ce que vous aurez appris et indirectement par la légèreté que vous aurez acquise.

Nos formations continues à Lausanne et Olten en novembre 2024 ont rencontré un grand succès. Le choix et la diversité des thèmes, les ateliers interactifs avec des apports pratiques et les échanges entre les participants dans une atmosphère bienveillante et ouverte ont été particulièrement appréciés.

Heureuse et motivée par ce succès, la SAEKK organise de nouvelles journées en collaboration avec l'EGK (caisse fédérale de santé). Trois ateliers à choix seront proposés, chacun animé par un expert qui présentera d'autres aspects du stress, l'impact sur la santé et les moyens de les gérer dans la vie quotidienne. Le travail en groupes de 20 personnes maximum permettra d'accorder une attention particulière aux aspects pratiques et à leur mise en œuvre individuelle. Chaque participant(e) choisit deux des trois thèmes proposés.

Nous nous réjouissons de vous présenter ce nouveau programme et de passer une journée passionnante avec vous.

La santé est un bien précieux. En prendre soin est une priorité.

Dre med. Lyliam Bozin
Membre de l'administration SAEKK
et groupe de prévention

Dre med. Christine Chiffelle
Membre de l'administration SAEKK
et groupe de prévention

Programm

08.00	Inscription et petite collation
08.30	Accueil Dre méd. Lyliam Bozin
09.00-10.30	Premier atelier
10.30-11.00	Pause
11.00-12.30	Suite du premier atelier
12.30-13.30	Lunch debout
13.30-15.00	Deuxième atelier
15.00-15.30	Pause
15.30-17.00	Suite du deuxième atelier
17.00-17.15	Résumé et clôture de la journée
Ab 17.15	Apéro riche

Deux des trois ateliers proposés peuvent être suivis

Ateliers et intervenants :

1. Stress et résilience : enjeux pour le patient et le médecin

Dans cet atelier, les principaux aspects de la résilience du côté du patient et du médecin seront abordés. Des exemples pratiques seront apportés. Grâce à ces connaissances, nous verrons les bras de leviers qui peuvent aider.

Le Pr Guido Bondolfi est psychiatre psychothérapeute. Il est Professeur honoraire à la faculté de Médecine de Genève. Parmi les pionniers de la thérapie cognitivo-comportementale et du mindfulness en Suisse, sa carrière l'a amené à pratiquer à Lausanne, à Londres et à Genève où il a dirigé pendant de nombreuses années le service de psychiatrie de liaison et d'intervention de crise.

2. Ergonomie et posture : prévenir et gérer les troubles musculosquelettiques (TMS)

Pour mieux lutter contre les TMS, Olivier Girard nous expliquera :

- Comment reconnaître leurs causes
- Comment construire un plan d'action, y compris en cas de douleurs avérées
- Quelle place donner aux exercices
- Exemple pratique : hernie discale lombaire

Olivier Girard est ingénieur en ergonomie et posturologue. Il donne des cours et des conférences. Il accompagne également des privés ainsi que des entreprises renommées pour la prévention des TMS, en aidant à améliorer des comportements individuels, des conditions de travail et des stratégies d'entreprises.

3. Management : les principes de la gestion d'équipe

Dans notre quotidien, nous sommes amenés à gérer l'équipe avec laquelle nous travaillons. Cette compétence pour laquelle nous n'avons pas été formés peut s'avérer compliquée. Les connaissances acquises permettront de mettre en place une gestion bienveillante et un travail d'équipe plus serein.

Rémy Large est un manager expérimenté. Il a œuvré plus de 20 ans avec des équipes jusqu'à 35 personnes avant de réorienter son activité vers la formation et le coaching en valorisant les ressources de chacun. Ses présentations claires, structurées et didactiques sont une aide précieuse.