Symposium

De Gezonde Dokter

- Een avond over werkgeluk –

Hoogwaardige en effectieve zorg kan alleen geleverd worden met gemotiveerde en getalenteerde professionals. Dit is nauw verbonden met het welzijn van deze professionals. Bestuur MSB heeft de ‘Werkgroep Duurzame Inzetbaarheid’ opdracht gegeven een gedragen sociaal beleid in de volle breedte, voor alle leden van het MSB te ontwikkelen.

Mede namens de werkgroep duurzame inzetbaarheid nodigt het Bestuur MSB de medisch specialisten en a(n)ios van Zuyderland van harte uit om maandagavond 18 november 2019 deel te nemen aan het symposium “de gezonde dokter” in Auberge de Rousch. Een avond over werkgeluk met diverse inspirerende sprekers.

• Programma

17:30-18:00 uur **Ontvangst met amuse en voorgerecht**

18:00-18:30 uur **Opening** van de avond & rapport commissie duurzame inzetbaarheid Zuyderland

Liekele Oostenbrug | Bestuurslid MSB en MDL arts, voorzitter commissie duurzame inzetbaarheid

Hans Kragten | Cardioloog, lid commissie duurzame inzetbaarheid

18:30-19:30 uur **‘Over de goede en gelukkige dokter’**

 Kiki Lombarts | Professor Professional Performance

Goed functioneren en presteren vraagt om dokters met ‘een koel hoofd en warm hart’. In haar lezing zal Kiki Lombarts hierover spreken aan de hand van de drie met wetenschappelijke kennis onderbouwde pijlers van professional performance: excellentie, medemenselijkheid en rekenschap. Ze zal ook ingaan op de ontwikkelingen en omstandigheden die het optimaal presteren van medisch specialisten tegen kunnen werken. Specialisten ervaren (daardoor) soms een verminderd werkplezier of verminderde vitaliteit, dat helaas ook in negatieve zin doorwerkt op de kwaliteit van zorg. Lombarts presenteert hiervoor een effectief antidotum dat vreemd genoeg nog niet op grote schaal wordt ingezet.

19:30-20:00 uur **Pauze en hoofdgerecht**

20:00-20:30 uur **Uit eigen ervaring**

Peter Paul van Geel | Opleider cardiologie UMCG

Peter Paul van Geel is cardioloog, opleider en ervaringsdeskundige op het gebied van stress en burn-out. Burn-out is vaak werk gerelateerd en kan bijvoorbeeld ontstaan na langdurige werken onder grote tijdsdruk. Ook een conflict, een ingrijpende gebeurtenis of grote emotionele belasting kunnen een rol spelen in het ontstaan van een burn-out. Dit wordt niet alleen beïnvloed door de omgeving, maar je speelt zelf ook een grote rol. Wat voor de één stress is, is dat voor de ander niet. Dit maakt het vaak lastig om over burn-out te praten: niet iedereen begrijpt het even goed. Stress is een gevolg van je eigen dagelijks gedrag dat onnodig veel energie kost en kan zich in verschillende vormen uiten.

Peter Paul van Geel gaat in op de onbekendheid met het fenomeen burn-out ondanks dat de hoge prevalentie onder medici. Tijdens deze sessie deel hij zijn eigen ervaring met een burn-out en vertelt hij welke acties hij heeft ondernomen om weer goed te kunnen herstellen. Ook vertelt hij over de valkuilen voor medisch specialisten en wat hij zelf doet om een tweede burn-out te voorkomen.

20:30-21:00 uur **Mentaal vitaal en met plezier blijven werken**

 Bianca Kamphuis | MentaVitalis

Bianca Kamphuis zal haar kennis en ervaring delen in een informatieve lezing. Hoe kan je signalen van overbelasting vroegtijdig herkennen en elkaar helpen om duurzaam inzetbaar te blijven? Ze geeft concrete tips om invloed te kunnen uitoefenen op het voorkomen van (langdurig) uitval om psychische redenen.

MentaVitalis voert onder het label Elestia voor arbeidsgeschiktheidsverzekeraar Movir ruim 7 jaar coachingsdiensten uit voor met name medisch specialisten. MentaVitalis levert daarmee een bijdrage aan het vergroten van de mentale vitaliteit en het persoonlijk welbevinden van medisch specialisten en tevens aan het versterken van een prettige onderlinge samenwerking.

21:00-21:30 uur **Afsluiting en borrel**