

# 6. SEB Symposium

**Auswirkungen der aktuellen Krisen – Pandemie, Krieg, Klima – auf die psychische Gesundheit**

**L'impact des crises actuelles (pandémie, guerre, climat) sur la santé mentale**

**Zentrum Paul Klee, Bern  
Donnerstag, 2. November 2023  
09:30 – 17:30 Uhr**

**Eine Veranstaltung für:**

**Ärzte, médecins | Case Manager | Führungskräfte, cadres |  
Gesundheitsmanager, gestionnaires de santé | HR, RH |  
Therapeuten, thérapeutes | Versicherer, assureurs**



**Swiss Expert Network on Burnout  
Gruppo Svizzero di Esperti sul Burnout  
Réseau Suisse d'Experts sur le Burnout  
Schweizer Expertennetzwerk für Burnout**

## Editorial

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer

Mit dem Thema des diesjährigen Symposiums will das Schweizer Expertennetzwerk für Burnout sich mit den aktuellen Krisen und ihren Reaktionen und Folgen für die Bevölkerung sowie die psychische Gesundheit auseinandersetzen. Eine Krise (Klima, Pandemie, Krieg) folgt der anderen und sie sind weiterhin gleichzeitig präsent. Alle Krisen sind bedrohlich und nur beschränkt vorhersehbar. Alle Krisen haben nachgeordnete Folgen, die uns betreffen – im persönlichen und Arbeitsleben, im sozialen und politischen Bereich. Werden psychische Erkrankungen und Burnout dadurch vermehrt in unseren Fokus kommen? Welche Herausforderungen entstehen damit für die einzelnen Menschen, für Betriebe, Arbeitgeber, Gesundheitsfachleute, Lehrpersonen, Coaches und soziale Institutionen? Diesen Fragen widmen sich die Plenarreferate und greifen die Workshops auf.

Chère participante, cher participant,

En choisissant ce sujet pour son symposium 2023, le Réseau Suisse d'Experts sur le Burnout souhaite se pencher sur les crises actuelles. Quel est leur impact sur la population? Quelles conséquences sur la santé mentale entraînent-elles? Les crises (climat, pandémie, guerre) s'ajoutent les unes aux autres. Elles sont à la fois menaçantes et difficiles à prévoir. Par ailleurs, chacune d'entre elles a des effets secondaires qui nous affectent dans notre vie privée et professionnelle ainsi qu'aux niveaux sociétal et politique. Assistons-nous à une recrudescence des maladies mentales et du burnout? Quels sont les défis à relever par les personnes, les entreprises, les employeurs, les spécialistes de la santé, le corps enseignant, les coachs et les institutions sociales? Voilà les questions que nous traiterons lors des conférences plénières et des ateliers.

Herzlichst | Bien à vous,



Dr. med. Barbara Hochstrasser, M.P.H.  
Präsidentin SEB

und der Vorstand Schweizerisches Expertennetzwerk für Burnout  
et le comité du Réseau Suisse d'Experts sur le Burnout

Sebastian Haas, Vize-Präsident SEB  
Beatrice Sigrist Charbonnier

Michael Pfaff  
Erich Scheibli

## Programm

### Vormittag | **matin**

#### **09.00 Uhr**

Ankunft und Registrierung mit Café im Auditorium

*Arrivée et enregistrement dans l'auditorium. Un café vous sera servi.*

#### **10.00 - 10.10 Uhr**

Eröffnung und Grussworte

*Ouverture et mots de bienvenue*

*Barbara Hochstrasser*

### **Keynote Referate**

Co- Chair: Sebastian Haas | Barbara Hochstrasser

#### **10.10 - 10.30 Uhr**

Die aktuellen Krisen – Pandemie, Krieg und Klima – was machen sie mit uns?

*Les crises actuelles (pandémie, guerre, climat): quels impacts ont-elles sur nous?*

*Barbara Hochstrasser*

#### **10.30 - 11.10 Uhr**

Auswirkungen von Stress auf die psychische Gesundheit am Beispiel der Covid-19 Pandemie?

*Exemple de la pandémie de COVID-19: l'impact du stress sur la santé mentale*

*Dominique de Quervain*

#### **11.10 - 11.50 Uhr**

Welche Auswirkungen haben die aktuellen Krisen auf die Strukturen, die Prozesse, die Führung und das Wohlbefinden von Mitarbeitenden von Unternehmen?

*Quelles sont les conséquences des crises actuelles sur les structures, les processus, le management et le bien-être du personnel des entreprises?*

*Jutta Rump*

#### **11.50 - 12.30 Uhr**

Psychische Gesundheit bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen – Empirische Daten und Analysen im Zusammenhang mit Ausbildung, Beruf und Freizeit

*La santé mentale chez les adolescents et les jeunes adultes – données empiriques et analyses concernant la formation, la vie professionnelle et les loisirs*

*Dirk Richter*

## Programm

12.30-13.45 Uhr

Lunch | Repas de midi

### Nachmittag | *Après-midi*

13.45-14.30 Uhr

Podiumsdiskussion | *Table ronde*

Chancen und Risiken für die psychische Gesundheit der Arbeitswelt der Zukunft  
*Le monde du travail de demain: ses chances et ses risques pour la santé mentale*

*Leitung | Modération: Christine Hubacher*

*Teilnehmende | Participants: Barbara Hochstrasser | Dominique de Quervain | Jutta Rump  
| Sebastian Haas*

### 14.30-15.30 Uhr Workshop

*Workshops werden in der ausgeschriebenen Sprache abgehalten und werden nicht übersetzt. | Les ateliers se dérouleront dans la langue annoncée. Ils ne seront pas traduits.*

1. Heart rate variability in action: From the workplace to Covid-19  
*Elisabeth Balint*
2. *Prévention de la santé mentale en entreprise*  
*Stéphanie Haenni | Beatrice Straub*
3. Die Rolle des Körpers in der Behandlung von Burnout  
*Beatrice Sigrist Charbonnier | Sebastian Haas*
4. Telepsychologische Beratung (santé24) in Unternehmen zur Reduktion des Burnoutsyndroms am Beispiel der Merian Iselin Klinik, Basel – Praxiserfahrungen  
*Jennifer Hefti | Erich Scheibli | Birgit Schmid | Dominic Trösch*
5. Die Wirkung von Achtsamkeit in der Beratung und Begleitung  
*Bettina Schneebeli*

## Programm

15.30-16.00 Uhr

Kaffeepause | **Pause-café**

16.00-17.00 Uhr

### Workshops

*Workshops werden in der ausgeschriebenen Sprache abgehalten und werden nicht übersetzt. | Les ateliers se dérouleront dans la langue annoncée. Ils ne seront pas traduits.*

6. **Le rôle du corps dans le traitement du burnout**  
*Beatrice Sigrist Charbonnier | Sebastian Haas*
7. **Le rôle de la mindfulness dans la pratique clinique**  
*Barbara Hochstrasser*
8. **Herzratenvariabilität in der Anwendung: von der Arbeitswelt bis Covid-19**  
*Elisabeth Balint*
9. **Physikalische Therapie in der Burnout Behandlung**  
*Michael Pfaff | Rainer Stange*
10. **Coaching bei Burnout: Strategien zur retrospektiven und aktuellen Konfliktprävention**  
*Beate Schulze*

17.05-17.30 Uhr

Abschluss & Ausblick | **Conclusions & perspectives**

Für weitere Informationen zu den referierenden Personen und den Themen scannen Sie bitte den QR-Code:



Si vous souhaitez des informations sur les intervenants et les sujets, scannez ce code QR:



## Verzeichnis

### Referentenverzeichnis | Liste des intervenants

**Balint Elisabeth, Dr. med.**

Oberärztin  
Zentrum für Stressfolgeerkrankungen  
und Burnout  
Privatklinik Meiringen  
6083 Hasliberg Hohfluh  
elisabeth.balint@privatklinik-meiringen.ch

**de Quervain Dominique, Prof. Dr.**

Co-Director Research Platform MCN  
Director Division of Cognitive Neuroscience  
University of Basel  
Faculty of Medicine | Departement of  
Biomedicine  
Birmannsgasse 8, 4055 Basel  
dominique.dequervain@unibas.ch

**Haas Sebastian, Dr. med., M.H.A.**

Stv. Ärztlicher Direktor  
Privatklinik Hohenegg AG  
Facharzt FMH für Psychiatrie und Psycho-  
therapie  
Leiter Schwerpunkt Burnout und Belas-  
tungskrisen  
Hohenegg 1, 8706 Meilen  
sebastian.haas@hohenegg.ch

**Haenni Stéphanie**

Médiatrice, PCE, Mentor d'entreprise et  
formatrice d'adultes  
OdEos Sàrl  
Sur Carro 7, 1727 Corpataux  
info@odeos.ch

**Hochstrasser Barbara, Dr. med., M.P.H**

Privatklinik Meiringen  
Chefärztin  
Ambulatorium Bern  
Laupenstrasse 5A, 3008 Bern  
barbara.hochstrasser@privatklinik-meiringen.ch

**Hubacher Christine**

Gesprächsleiterin und Redaktorin Radio  
SRF 1  
Schlällflirain 1, 3013 Bern  
christine.hubacher@bluewin.ch,

**Pfaff Michael, Dr. med. Dipl. Theol.**

Ärztlicher Direktor und Chefarzt  
Facharzt für Psychiatrie und Psychothe-  
rapie  
Clinica Holistica Engiadina SA  
Platz 40, 7542 Susch  
mmpfaff@web.de

**Richter Dirk, Prof. Dr.**

Leiter IF psych. Ges. & psychiat. Vers.  
Berner Fachhochschule  
Gesundheit  
Fachbereich Pflege  
Stadtbachstrasse 64, 3012 Bern  
dirk.richter@bfh.ch

**Rump Jutta, Prof. Dr.**

Direktorin des Instituts für Beschäfti-  
gung und Employability der  
Hochschule für Wirtschaft  
und Gesellschaft Ludwigshafen  
Ernst-Boehe-Str. 4, 67059 Ludwigshafen  
am Rhein  
jutta.rump@ibe-ludwigshafen.de

**Scheibli Erich**

SWICA Krankenversicherung AG  
Leiter Care Management P  
Römerstrasse 38, 8401 Winterthur  
erich.scheibli@swica.ch

**Schneebeli Bettina**

Nelles-Institut Schweiz GmbH  
Mitglied des SCA Swiss Coaching As-  
sociation | MBSR Verbandes Schweiz/  
MindfulnessSwiss  
Gotthardstrasse 68, 6410 Goldau  
bettina.schneebeli@nellesinstitut.ch

## Verzeichnis

**Schulze Beate, Dr. phil.**  
Schulze Resource Consulting, Genf  
Rue du Mont-de-Sion 3, 1206 Genève  
schulze@resourceconsulting.ch

**Sigrist Charbonnier Beatrice, Dr., PCC,  
SEP**  
Sigrist Coaching  
Freigutstrasse 4, 8002 Zürich  
beatrice@sigriscoaching.ch

**Stange Rainer, Dr. med.**  
Präsident des ZAEN  
Innere Medizin – Naturheilverfahren,  
Physikalische Therapie und Balneologie  
Abtl. Naturheilkunde Immanuel  
Krankenhaus Berlin-Wannsee  
Königstraße 63, 14109 Berlin  
rainer.stange@immanuelalbertinen.de

**Straub Blum Beatrice , bso, EMCC**  
Vizepräsidentin SCA  
Business Vital GmbH  
Bernstrasse 114  
3072 Ostermundigen  
office@business-vital.ch



## Zur Organisation

### Allgemeine Informationen | Informations générales

#### Adresse Veranstaltungsort | Lieu du symposium

Zentrum Paul Klee, Monument im Fruchtländ 3, 3000 Bern

#### Anreise | Accès

Siehe QR-Code | [Veuillez scanner ce code QR](#)



#### Anmeldung | Inscriptions

Bitte melden Sie sich online an oder scannen Sie den QR-Code



[www.lunge-zuerich.ch/burnout-symposium](http://www.lunge-zuerich.ch/burnout-symposium)  
[www.burnoutexperts.ch](http://www.burnoutexperts.ch)

[Veuillez vous inscrire en ligne ou scanner ce code QR](#)



[www.lunge-zuerich.ch/burnout-symposium](http://www.lunge-zuerich.ch/burnout-symposium)  
[www.burnoutexperts.ch](http://www.burnoutexperts.ch)

#### Annullationsbedingungen | Conditions d'annulation

Abmeldungen sind bis am **15. Oktober 2023** kostenlos möglich. Bitte senden Sie eine E-Mail an: [anita.anselmi@lunge-zuerich.ch](mailto:anita.anselmi@lunge-zuerich.ch) Betreff: Stornierung Burnout 2023  
[Vous pouvez annuler votre inscription sans frais jusqu'au 15 octobre 2023. Pour cela, il vous suffit d'envoyer un courriel à: anita.anselmi@lunge-zuerich.ch](#) Objet: Annulation Burnout 2023

#### Credits (siehe Website) | Crédits (trouvez sur la site web)

#### Konferenzsprache | Langue du symposium

Die Keynote Referate und Podiumsdiskussion werden simultan auf Französisch übersetzt. Einige Workshops werden auf Französisch durchgeführt.

[Les exposés keynotes et la table ronde seront traduits simultanément en français.](#)  
[Certains ateliers se dérouleront en français.](#)

## Zur Organisation

### Organisation

LUNGE ZÜRICH, Anita Anselmi, The Circle 62, 8058 Zürich-Flughafen  
anita.anselmi@lunge-zuerich.ch, Telefon +41 44 268 20 71

### Teilnehmergebühren, inklusive Verpflegung

#### Normalbucher bis 11. Oktober 2023

Teilnehmer CHF 300  
Mitglieder von SEB | SCA CHF 200  
Mitarbeitende von Sponsoren CHF 200  
In Ausbildung CHF 130

#### Express Bucher ab 12. Oktober 2023

Teilnehmer CHF 350  
Mitglieder von SEB | SCA CHF 250  
Mitarbeitende von Sponsoren CHF 250  
In Ausbildung CHF 150

### Frais de participation (repas inclus)

#### Inscription normale jusqu'au 11 octobre 2023

Participants CHF 300  
Membre de SEB | SCA CHF 200  
Collaborateurs des sponsors CHF 200  
En formation CHF 130

#### Réservateur express à partir du 12 octobre 2023

Participants CHF 350  
Membre de SEB | SCA CHF 250  
Collaborateurs des sponsors CHF 250  
En formation CHF 150

### Registration vor Ort | Enregistrement sur place

Die Unterlagen für das Symposiums erhalten Sie anlässlich Ihrer Registration vor Ort. Zeitgerecht werden wir Sie vor dem Symposium nochmals per E-Mail kontaktieren. *Les documents concernant le symposium vous seront remis sur place lors de votre enregistrement. Nous vous recontacterons par courriel avant le symposium.*

### Veranstalter | Organisateur

Swiss Expertnetwork for Burnout, Langachristrasse 7c, 3855 Brienz  
[www.burnoutexperts.ch](http://www.burnoutexperts.ch)

# Wir bedanken uns herzlich bei allen Sponsoren



## Partner

