



**GesondheetsZentrum**  
44, rue d'Anvers  
L-1130 Luxembourg  
Tél.: 2888-6363

## RENSEIGNEMENTS UTILES ET PRISE DE RENDEZ-VOUS

### Secrétariat du GesondheetsZentrum

T +352 2888-6363

F +352 2888-4949

### SITE UTILE

[www.gesondheetszentrum.lu](http://www.gesondheetszentrum.lu)



## FAIRE FACE AU BURN-OUT : PROTEA

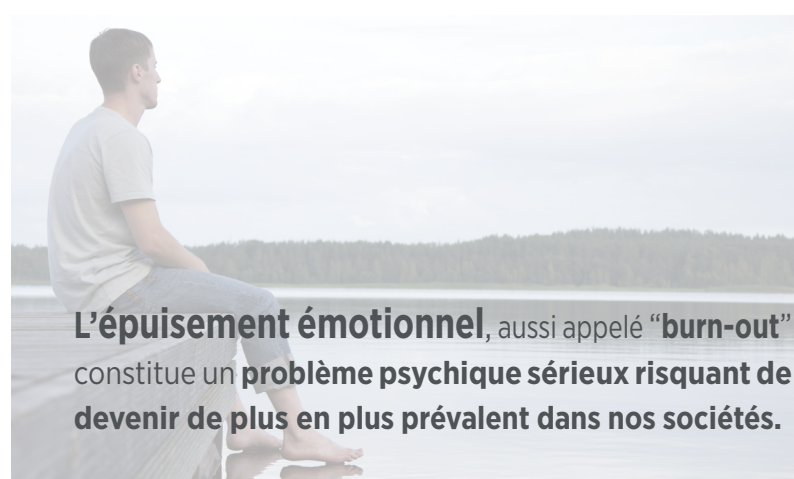
[www.gesondheetszentrum.lu](http://www.gesondheetszentrum.lu)



## PROGRAMME THÉRAPEUTIQUE DE L'ÉPUISEMENT ÉMOTIONNEL EN AMBULATOIRE

[www.facebook.com/gesondheetszentrum](https://www.facebook.com/gesondheetszentrum)  
[www.linkedin.com/company/gesondheetszentrum](https://www.linkedin.com/company/gesondheetszentrum)





**L'épuisement émotionnel**, aussi appelé “**burn-out**” constitue un **problème psychique sérieux risquant de devenir de plus en plus prévalent dans nos sociétés.**

Le syndrome de burn-out se caractérise par sa **nature multidimensionnelle** qui se décline en symptômes affectifs et physiologiques. Une prise en charge optimale de burn-out devra considérer ces différents niveaux d'intervention.

#### **Le programme PROTEA :**

**PROTEA est un programme interdisciplinaire** de prévention et de traitement du burn-out en ambulatoire. Il regroupe des **professionnels spécialisés** du domaine de la **psychiatrie**, de la **médecine interne** et du **travail**, de la **psychologie** et de la **psychothérapie**, ainsi que de la **diététique** et de la **physiothérapie**.

Le programme se base sur un **diagnostic médical et psychologique**. Il est suivi d'interactions thérapeutiques **individuelles et en groupe** s'étendant sur environ 15 semaines incluant 4 séances hebdomadaires.

Les interventions thérapeutiques comprennent des **consultations psychologiques et des démarches psychothérapeutiques**. En complément, sont proposés des activités régénératives et des conseils pour une conduite alimentaire équilibrée et énergisante.

## **PROTEA s'adresse :**

**Aux employeurs, notamment aux services des Ressources Humaines et de la Santé du Travail**, soucieux de leurs salariés en burn-out ou en présentant les premiers signes.

**Aux salariés** souffrant d'un épuisement professionnel et/ou privé.

## **PROTEA est un programme basé sur des recommandations scientifiques associant :**

1. Un **diagnostic multifactoriel** approfondi et un check-up santé
2. Une **prise en charge interdisciplinaire**
3. Un **traitement ambulatoire\*** compatible avec la poursuite d'une activité professionnelle à temps partiel
4. Un **accompagnement** et des **solutions** en fonction de la situation personnelle
5. Des **formules de financement adaptées** à chaque situation, élaborées ensemble avec les employeurs et les assureurs.

*\* Une prise en charge "ambulatoire" se limite à une durée de quelques heures seulement. Elle permet de diagnostiquer, traiter et suivre le patient sans que celui-ci ne soit hospitalisé..*



**PROTEA : Programme Thérapeutique de l'Épuisement émotionnel en Ambulatoire.** L'acronyme du programme fait allusion à la résilience de la plante fleurie du même nom qui survit aux feux de brousse.