



# NOMV FMV-ULHT

## BEM ESTAR PROFISSIONAL EM MEDICINA VETERINÁRIA

SÁBADO | 7 DE MAIO | 2022

9h30 | 17h00 | CAMPO GRANDE - LISBOA

Evento gratuito | Inscrição obrigatória

- O EVENTO DECORRERÁ ON-LINE E PRESENCIAL NA FMV-ULHT
- LINGUA: INGLÊS E PORTUGUÊS
- DESTINATÁRIOS: MÉDICOS VETERINÁRIOS, ENFERMEIROS VETERINÁRIOS E OUTROS PROFISSIONAIS DA ÁREA
- VAGAS LIMITADAS



## 9h00 REGISTRATION

**Prof. Doutora Laurentina Pedroso**  
WELCOME Diretora FMV-ULHT

### SESSION ONE

9h30 | 10h30

**Dra. Taylor Miller**

#### GENERAL CONCEPTS AND INTRODUCTION TO MENTAL HEALTH IN THE VETERINARY PROFESSION

- What is NOMV
- NOMV's mission
- Importance of Mental Health
- Physiopathology of Mental Health

#### IMPOSTER PHENOMENON & SELF-COMPASSION

- What is the Imposter Phenomenon?
- What do we do about it?
- What is self-compassion?
- How does it tie together everything we've talked about today?

10h30 | 11h00

**Dra. Alexandra Seixas**

- Wrap-up: Realidade Portuguesa

11h00 | 11h15 BREAK

### SESSION TWO

11h15 | 12h15

**Dra. Erika Gisela Lin-Hendel**

#### CULTIVATING RESILIENCE

- Noticing what we are holding and the things that drain us
- Taking stock of our resources
- Freeing up emotional "bandwidth"

12h15 | 13h00

**Dra. Alexandra Seixas**

- Wrap-up: Realidade Portuguesa

13h00 | 14h30 LUNCH BREAK

### SESSION THREE

14h30 | 15h15

**Dra. Taylor Miller**

#### COMPASSION FATIGUE, ETHICAL FATIGUE, AND BURNOUT

- What are they
- How do they show up
- What steps can we take to prevent & address them

15h15 | 15h45

**Dra. Alexandra Seixas**

- Wrap-up: Realidade Portuguesa

15h45 | 16h00 BREAK

### SESSION FOUR

16h00 | 17h00

**Dra. Erika Gisela Lin-Hendel**

#### COMPASSIONATE CARE

- Communication skills
  - Situation specific skills (palliative care, euthanasia, etc)
- Environmental considerations
  - Creating a safe space

17h00 | 17h30

**Dra. Alexandra Seixas**

- Wrap-up: Onde estamos e onde vamos?

17h30

**Prof. Doutora Rute Teixeira**

#### END OF WORKSHOP



**Taylor Miller, USA**

DVM (clinical practitioner)  
Masters in Mental Health Counseling  
NOMV board member



**Erika Gisela Lin-Hendel, USA**

DVM (clinical practitioner)  
NOMV board member  
NOMV Student Support Committee



**Alexandra Seixas, Portugal**

DVM (clinical practitioner)  
Prof. Convidada FMV-ULHT  
Investigadora

Programa em

[fmv.ulusofona.pt](http://fmv.ulusofona.pt)

Inscrições em

[sec.medvet@ulusofona.pt](mailto:sec.medvet@ulusofona.pt)