

Nach wieviel BURN ist man OUT?

Vertiefungsseminar
mit Roland Hardmeier

Samstag, 13. Nov. 9.00 – 11.45 Uhr

für Interessierte, Betroffene und
Angehörige

Anmelden: info@kircheimpark.ch





Aus dem Inhalt

- typischen Phasen eines Burnouts erkennen
- erste Anzeichen wahrnehmen lernen
- Stressoren im eigenen Leben entlarven
- Wege aus dem Burnout – oder gar nicht erst hinein
- Was brauchen die Angehörige eines Burnout-Betroffenen

Zum Referent

Roland Hardmeier (1965) ist Hausmann, Dozent und Referent- Er lebt und arbeitet seit 25 Jahren in Kloten.

Sein Buch «nach wieviel burn ist Mann out – ein Erfahrungsbericht» ist im Buchhandel erhältlich.

Anmeldung: info@kircheimpark.ch

Kosten: CHF 25.- / p.P. (inkl. Kaffee, Gipfeli)

Bei Bedarf kann **Kinderbetreuung** angeboten werden. Bitte frühzeitig melden.

Das Vertiefungsseminar baut auf dem Referat vom 24.10.2021 auf. Dieses kann unter der Rubrik Podcast auf der Website www.kircheimpark.ch online nachgeschaut werden.