



## Wie erkenne ich Burnout?

### *Vorbeugung – Erkrankung - Heilung*

Einladung zum kostenlosen Vortrag der Initiative BurnOut (IBO)

Am Dienstag, den 28. November 2017 um 18.00 Uhr informiert Gabriele Plappert rund um das Thema Burnout.

Ort: Klinikverbund Südwest (Kreisklinikum Calw, Eduard-Conz-Str. 6, 75365 Calw)

Burnout ist für die meisten nichts Neues. Dennoch werden wir immer wieder daraufhin angesprochen, was genau hinter dem Begriff steht und wie man sinnvoll vorbeugen kann. Zu Informieren und Hilfen anzubieten ist auch der Hauptaspekt dieses Vortrags. Es werden realistische Möglichkeiten aufgezeigt, wie das körperlich-seelische Gleichgewicht erhalten bzw. wiederhergestellt werden kann.

Die Referentin ist die Leiterin des Zentrums für Ethische Lebensführung in Bad Wildbad ist zertifizierte Heilpraktikerin für Psychotherapie und hat große Erfahrung im Umgang mit Konfliktbewältigung, Kommunikationstraining und Supervision. Nach einem einführenden, gut verständlichen Kurzvortrag steht sie den Zuhörern für Fragen zur Verfügung.

*IBO BurnOut e.V. ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein, der es sich zum Ziel gesetzt hat, über Burnout aufzuklären und Gegenstrategien zu entwickeln. Hierzu hat die Initiative ein breites Netzwerk mit Ärzten, Therapeuten, Psychologen, Psychiatern, Kliniken und Arbeitgebern aufgebaut. Im Rahmen von „IBO-Info-Treffs“ halten regelmäßig Fachleute Kurzvorträge für Betroffene und Angehörige. Es wird über Ursachen, Risikofaktoren und Symptome aufgeklärt, Tipps zur Prävention und Behandlungsmethoden werden vorgestellt. Die IBO-Info-Treffs geben Teilnehmern die Möglichkeit, sich gezielt zu informieren und mit Experten auszutauschen.*