



WebSeminar

Wie nah steh ich vorm Burnout?

Die Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zum Handeln

Donnerstag, 07.10.2021

HV-001-201802-21
(Beginn: 18:00, Ende: 20:00)

Die Zahlen in den Krankenstand-Statistiken der Krankenkassen für psychische Erkrankungen steigen von Jahr zu Jahr. In den letzten 10 Jahren haben sie sich mehr als verdoppelt. Hinter jeder Zahl steht aber auch eine Person, die davon betroffen ist. Im Seminar wollen wir über erste Anzeichen und Auffälligkeiten bei Betroffenen sprechen. Anhand eines Selbsttests kann jede*r für sich selbst sehen, wie es um sie/ihn selbst steht, was das bedeuten kann und welche Schritte zur Unterstützung sinnvoll sind.

Inhalte:

- Was sind erste Anzeichen und Auffälligkeiten?
- Überblick Burnout und andere psychische Erkrankungen
- Selbsttest und wie gehe ich damit um?
- Was lerne ich daraus?
- Ansprechpartner*innen und Unterstützungsangebote

Infos zur Anmeldung

Anmeldungen bitte unter Angabe der Mitgliedsnummer oder Namen und Adresse an deinen Bezirk. Nach deiner Anmeldung erhältst du rechtzeitig vor Beginn des WebSeminars alle Informationen bezüglich deines Zugangs. Die Teilnehmerzahl ist aus technischen Gründen begrenzt.