



## Burnout – Mythos oder Krankheit

Das Volksleiden Burnout erfasst immer mehr und immer jüngere Menschen in unserer Gesellschaft. Dabei schleicht sich der körperliche, geistige und emotionale Erschöpfungszustand nur langsam an und äußert sich in ganz unterschiedlichen Symptomen. Der eine bekommt Drehschwindel, Herzbeschwerden oder Angstzustände und der andere Schlafstörungen oder einen Hörsturz. Dadurch ist die Diagnose und Abgrenzung zu einer Depression, der ganz anders zu begegnen ist, schwierig.

Nach dem erfolgreichen ersten SeeDialog im Oktober, wollen wir uns im Dezember dem aktuellen Thema Burnout nähern und haben dafür mit Herrn Peter Uffelmann einen erfahrenen Praktiker eingeladen. Durch seine Einführung in die Thematik soll das eigene DenkFühlHandeln auf den Prüfstand gestellt werden, um uns für negative Stressfaktoren zu sensibilisieren. Aus diesem Verständnis heraus ist es leichter, etwas achtsamer und liebevoller mit uns selbst umzugehen und dem sogenannten Ausbrennen vorzubeugen.

### Der Veranstalter

Der SeeDialog ist ein Angebot der pAS-private Akademie für die Selbständigkeit GmbH, die 1983 mit dem Ziel gegründet wurde, ein breites Seminarangebot für Menschen zu schaffen, die an ihrer eigenen Selbständigkeit und deren Förderung Interesse haben.

Termin: Sonntag, 11.12.2011 von 10:00 – 14:00 Uhr

Ort: Kaminzimmer im Kurparkschlößchen, Herrsching am Ammersee

Preis: € 45,- pro Person (inkl. Pausensnack)

Leitung: Peter Uffelmann  
Coach, Supervisor



Nicola Trautner  
Entwicklungsberaterin



Patrick Temmel  
Projektleiter





## Workshop Anmeldung

Bitte senden an: [patrick.temmel@private-akademie.com](mailto:patrick.temmel@private-akademie.com)

Oder per Fax an: 089/ 215 808 41

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt!

- Veranstaltung: Burnout – Mythos oder Krankheit
- Termin: Sonntag, 11.12.2011, 10:00 – 14:00 Uhr
- Ort: Kaminzimmer im Kurparkschlößchen, Herrsching am Ammersee
- Inhalt: Vorstellungsrunde  
Einführung in das Thema  
Dialog  
Resumé
- Preis: € 45,- pro Person (inkl. Pausensnack)

Ich bestätige meine verbindliche Teilnahme und überweise die Gebühr bis zum 08.12.2011 auf das unten genannte Konto der pAS-private Akademie für die Selbständigkeit GmbH:

Name: .....

Anschrift: .....

Email: .....

Ort, Datum: .....      Unterschrift: .....