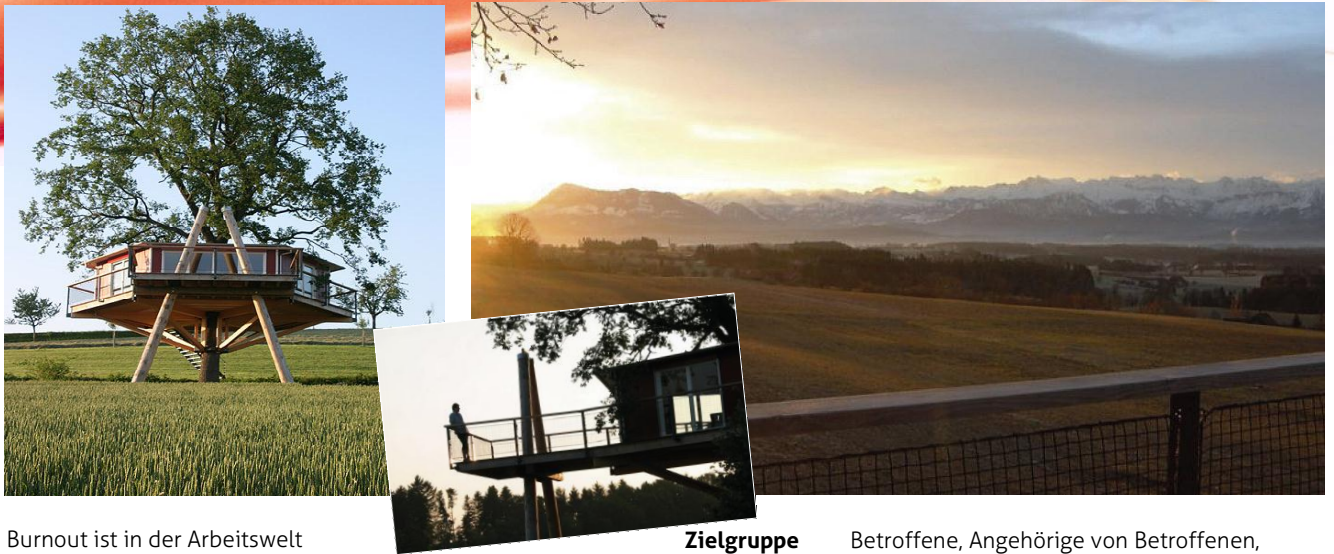


Reden Sie in geschütztem Rahmen über Ihre Erfahrung

# ERFA-Gruppe Burnout

im Baumhaus Hildisrieden



Burnout ist in der Arbeitswelt immer noch ein Tabuthema.

Möchten Sie wissen, wie Andere mit dieser belastenden Situation umgehen? Was unternehmen Firmen für ihre MitarbeiterInnen? Wie erleben Sie den Alltag in Beruf und Privat? Wie gehen Angehörige damit um?

Die ERFA-Gruppe ist eine Plattform, in der die Erfahrungen von Burnout-Betroffenen gesammelt werden. Die daraus gesammelten Erkenntnisse werden zusammenfasst und als Informationsquelle allen zur Verfügung gestellt – als Hilfe zur Selbsthilfe.

Nutzen Sie diese Gelegenheit, Ihre Erfahrungen mit Gleichgesinnten und Fachleuten offen auszutauschen. Und lernen Sie, welche Möglichkeiten es gibt, Ihr Burnout zu überwinden.

Die Aussprache ist ein wichtiger Schritt im Umgang mit Burnout. Sie erhalten dadurch neue Perspektiven, Ressourcen und Zuversicht für ihre eigene Situation. Profitieren Sie von der Offenheit in der Gruppe und freuen Sie sich über die entgegengebrachte Wertschätzung, den Respekt und das Vertrauen.

Haben sie den Mut, über Persönliches zu sprechen. Diskretion unter den Teilnehmern ist Voraussetzung. Sämtliche Gespräche sind vertraulich und bleiben in der Gruppe.

Überwinden Sie sich und machen Sie mit!

## Zielgruppe

Betroffene, Angehörige von Betroffenen, Personalfachleute, Aerzte und Interessierte

## Mögliche Themen z.B.

- Mögliche Wege aus dem Burnout.
- Wie nehme ich mein Umfeld wahr und wie werde ich wahrgenommen.
- Umgang mit Symptomen
- Die Auswirkung von Burnout auf die Partnerbeziehung
- Was tun Firmen für die Burnout-Prävention
- Neuorientierung
- aktuelle und persönliche Themen

## Daten 2012

Jeweils SA, 10.00 – 12.00 Uhr  
26.05./07.07./25.08./15.09./20.10./  
17.11./08.12.

## Leitung

Michael Streit, in flow com gmbh  
Cert. Coach NLP-Master IANLP  
Cert. NLP-Trainer IANLP  
Burnout-Experte

## Teilnehmer

Max. 8 Teilnehmer, welche bereit sind, mehrmals aktiv mitzumachen

## Ort

Baumhaus Hildisrieden

## Anfahrt

Autobahnausfahrt A2 Sempach, Richtung Hochdorf, bei Restaurant Schlacht der Beschilderung «Neuhof» und «ERFA-Gruppe» folgen

## Anmeldung

in flow com gmbh  
Malorain 5, 6024 Hildisrieden  
Telefon 041 534 29 26  
Fax 041 461 03 81  
www.inflowcoaching.ch  
info@inflowcoaching.ch

## Kosten

Fr. 40.–/pro Meeting, Barzahlung