

Seminar: Schach dem Burnout

Immer mehr Menschen fühlen sich mit den Anforderungen des Alltags nicht mehr gewachsen.

Langsam merkt man, dass die Ruhezeiten nicht mehr ausreichen und dass man sich nicht mehr richtig erholen kann. Der **Körper und die Seele** beginnen zu reagieren, man kommt mehr und mehr in einen **Erschöpfungszustand**, der schließlich in ein Burnout führen kann. Dieser Kurs zeigt ihnen, wie man ein **Burnout verhindert** bzw. wieder **aus einem Burnout herausfindet**.

Eckdaten:

- **Termin:** Samstag, 17. Juni 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr
- **Ort:** Bildungshaus Schloss Krastowitz, Krastowitz 1, 9020 Klagenfurt
- **Referentin:** Mag. Karl Herndl
- **Preis:** € 90,- pro Person
- **Anmeldung:** 0463/5850-2100

Anmeldung: Bildungshaus Schloss Krastowitz

Tel.: 0463/5850-2100

oder direkt online über folgenden Link: [Seminar: Schach dem Burnout](#)

Information:

bei Mag. Robert Madrian

Tel.: 0463/5850-2123

E-Mail: robert.madrian@lk-kaernten.at