www.bgs-chur.ch

Burnout –
Krankheit oder Entscheidung

Quelle Bild: www.pixabay.com

Kurs 1: 22.2.2022

Kurs 2: 1.11.2022

Bildungszentrum
Gesundheit und Soziales
Gürtelstrasse 42/44
7000 Chur

Burnout – Krankheit oder Entscheidung

Unser Leben ist in einigen Bereichen gezeichnet von Leistungsdruck, Schnelllebigkeit, Hektik, Oberflächlichkeit, Materialismus, Negativität etc.

Sind wir Opfer dieser Lebensstrukturen oder können wir doch selber entscheiden? Wir leben in einer privilegierten Zeit und doch scheinen wir "gefangen" zu sein. Wie schaffen wir es, aus unserem "Hamsterrad" auszusteigen? Wie gelangen wir zu mehr Selbstbestimmung und neuen Perspektiven in unserem alltäglichen Leben?

Zielpublikum

Der Kurs richtet sich sowohl an Fachpersonen aus dem Bereich der Pflege, Betreuung und Begleitung (Fortbildung EMR) als auch an weitere interessierte Personen.

Kursziele

Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, Burnout aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten und kennen Strategien, um bei sich selbst oder bei Betroffenen Situationen einzuschätzen und mögliche Schritte einzuleiten.

Kursinhalte

- Was ist Burnout?
- Welche Ursachen führen dazu?
- Erklärungsmodelle
- Prävention und Therapiemöglichkeiten

Gürtelstrasse 42/44
7000 Chur
Telefon 081 286 85 10
ruth.tscharner@bgs-chur.ch
www.bgs-chur.ch

Kursleitung	Henri Fleury kantonal approbierter Naturheilpraktiker und klassischer Homöopath, Dozent an Naturheilpraktiker- und Pflegeschulen, Erwachsenenbildner SVEB
Daten, Zeiten	9.00 - 16.00 Uhr Kurs 1: Dienstag, 22. Februar 2022 Kurs 2: Dienstag, 1. November 2022
Kurskosten	Fr. 250.–
Anmeldeschluss	Kurs 1: Montag, 31. Januar 2022 Kurs 2: Montag, 3. Oktober 2022
Online-Anmeldung	Über diesen Link gelangen Sie zur Online-Anmeldung auf unserer Webseite www.bgs-chur.ch/kurse

Abmeldung Kurse
Abmeldungen bis zum Datum des Anmeldeschlusses sind ohne Kostenfolge. Bei späterer Abmeldung ist der gesamte Betrag der Kurskosten zu entrichten.

Bei ungenügender Anzahl Anmeldungen behält sich das Bildungszentrum Gesundheit und Soziales das Recht vor, den Kurs zu verschieben oder abzusagen.

Gürtelstrasse 42/44
7000 Chur
Telefon 081 286 85 10
ruth.tscharner@bgs-chur.ch
www.bgs-chur.ch