

Erwachsenentreff vom 17. Januar 2019 Herzliche Einladung

Vorträge 2019

Jeweils von 9 – 11h

- 28. März 2019** **à jour /Ordnung mit Freude**
Karine Paulon
- 20. Juni 2019** **Juden, Christen, Muslime – drei Wege zum Ziel**
Hanspeter Obrist
- 19. Sept. 2019** **Was mich nicht umbringt macht mich stark**
Lotti Schum
- 28. Nov. 2019** **Der alte Mann und die Glatt**
Friedjung Jüttner



Referent: Gerd Loch

ist Berater mit Spezialisierung auf Burnout- und Stressthemen.
Der Hauptfokus richtet sich auf das schnelle und langfristige
Erreichen von Verbesserungen und Erfolgen.

Ort: Chilewäg 3 (ehemals Dübendorfstr. 1), 8117 Fällanden.
Foyer im Alten Pfarrhaus der Ref. Kirche Fällanden

Zeit: 19.30h – ca. 22h, Türöffnung 19.00h

Kosten: CHF 7.00 Referat inkl. anschliessendem gemütlichen
Zusammensein bei einem Glas Wein mit Snacks

Anmeldungen an: Bea Auderset, Maurstrasse 29a, 8117 Fällanden
Tel. 044 980 16 16
Mail: bea.auderset@zh.ref.ch

Organisationsteam:
Rösli Zeller (Leitung)
Bea Auderset
Cornelia Hunziker
Lila Perdrizat
Renate Schmitz

Burnout und stilles Ausbrennen – Wege aus der emotionalen Erschöpfung

Die Gründe für ein Burnout sind vielseitig.

- Perfektionismus
- Arbeitsdruck/Konkurrenzkampf im Beruf / in der Familie
- Immer Vollgas / Aktionismus
- setzen von unrealistischen Zielen
- es sich beweisen wollen
- nicht nein sagen können
- sich Sorgen machen

Ein Anlass für Frauen und Männer jeden Alters.

**Lassen Sie sich auf einen interessanten und motivierenden
Abend ein. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.**