

BURNOUT UND FREIZEITSTRESS

ORT ST. GALLER KANTONALBANK, HEERBRUGG
DATUM 21. AUGUST 2018
ZEIT 18:15 UHR
KOSTEN 20.- inkl. Apéro riche

Anmeldeschluss 17. August 2018

Was ist ein Burnout? Kommt ein Burnout von zu viel Arbeit?
Gibt es andere Gründe? Was ist überhaupt Freizeitstress
und machen wir uns genügend Gedanken darüber?
Wie kann ich damit umgehen und wie finde ich den Ausweg?

REFERENTEN



ANDREAS FLEISCHMANN
Oberarzt Psychiatrie-Zentrum Rheintal



ANTONIA EPPISER
Autorin «ausbrechen statt einbrechen»



**St.Galler
Kantonalbank**