

Soforthilfe bei Stress und Burn-out

Themenschwerpunkt Bei der Wahrnehmung scheinbarer oder tatsächlicher Bedrohung reagieren wir mit Stress. Individuelle Faktoren beeinflussen das Muster und das Ausmass dieser Stressantwort.

Ob der Mensch gesund und leistungsfähig ist, bestimmt das Stresssystem durch ein Zusammenspiel der Hirnareale mit den Hormonprozessen. Dauerhafte Belastung, schlagartige Überforderung/Krise, Unfall oder Krankheit muss verarbeitet werden, damit es nicht zur Stressspeicherbildung als Ursache von Burn-out mit zahlreichen folgenschwerer Symptome kommt.

Wie das Stresssystem neuronale Verschaltungen im Gehirn beeinflusst und wir diesen Prozessen entgegenwirken können, ist Inhalt dieses Vortrags.

Datum DO 15.03.2018
Zeit 18.00-20.00
Ort Mehrzweckraum, Waldstrasse 27, Biberist
Referent **Horst Kraemer**
CEO Brainjoin Group
Entwickler der Methode Neuroimagination®



Anmeldung per Anmeldetalon
Anmeldefrist FR, 16.02.2018

Kosten Fr. 20.- für Externe (Barzahlung vor Ort)



Ich/wir nehmen am Fachvortrag «**Soforthilfe bei Stress und Burn-out**» von Horst Kraemer teil.

Name / Vorname	
Institution	
Email-Adresse	
Telefon	
Anzahl Personen	

Talon einsenden an:

Solothurnisches Zentrum Oberwald, Sandra Kneubühler, Waldstrasse 27, 4562 Biberist
oder per Email: sandra.kneubuehler@zentrumoberwald.ch