



# **Burnout und Biografie: Stress war gestern, ab heute übe ich Gelassenheit !**

Dozentin: Erika Ramsauer

Sie haben viel zu tun und das Gefühl, wenn ein Berg abgearbeitet ist, wächst gleich ein neuer daneben an? Mit Methoden der Biografiearbeit beleuchten Sie Ihre (Arbeits-)Biografie, werden Stärkendes für sich entdecken und die eine oder andere Weiche stellen, sodass wieder ein Stück Leichtigkeit in Ihr Leben einziehen kann.

---

**Termine:** Ws: 05.05.2022  
Ws: 05.08.2022  
**Zeit:** 17:30 - 20:30  
**Ort:** Online-Workshop  
**TN-Anzahl:** max. 16  
**Zielgruppe:** Alle Interessierten  
**Gebühr:** 79,- pro Person  
**Anmeldung:** bis je 10 Tage vor Beginn (Zahlungseingang)