



Datum Dienstag, 14. November 2017 um 18:30 Uhr

Ort Zentrum Glockenhof, Sihlstrasse 31, 8001 Zürich (neben Hotel Glockenhof)

Thema **Burnout Prävention und mentale Gesundheit**

Inhalt Burnout erkennen und vorbeugen – Der Lehrer, der eines Tages keinen Schritt mehr in die Schule setzen kann, die Managerin, die sich morgens schon geschafft wie nach einem 12-Stunden-Tag fühlt, der Krankenpfleger, der nur noch zynisch über seine Patienten spricht – sie alle könnten unter Burnout leiden. Eine Erschöpfungsphase ist als mögliche Folge davon ein Phänomen, das in jedem Beruf und in beinahe jeder Lebenslage auftreten kann: bei Lehrern und Pflegepersonal, bei Künstlern und Entwicklungshelfern, aber auch bei Qualitätsmanagern, Ingenieuren und Professorinnen. Und die ersten Stadien haben fast alle schon einmal erlebt.

Unsere mentale Leistungsfähigkeit ist enorm wichtig! Erfahren sie direkt vom Hypnosetherapeuten, worauf Sie achten sollten und wie Sie Ihre Gesundheit im Alltag mental unterstützen und fördern können.

Programm 18:30 Uhr Referat mit Uwe Sujata

ca.
20:00 Uhr Apéro, offeriert von der SAQ

Referent:

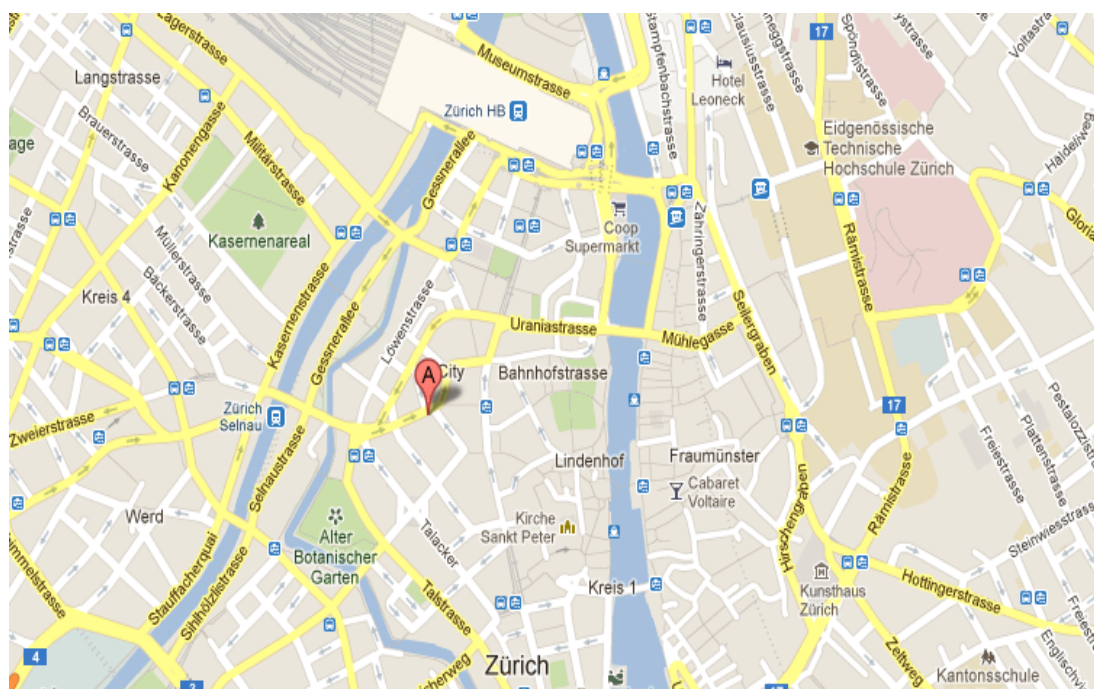
Uwe Sujata führt ein eigenes Unternehmen und ist als Berater, Dozent sowie als dipl. Hypnosetherapeut NGH tätig. Er unterstützt Unternehmen bei der Einführung von Qualitätsmanagementsystemen. Zudem hilft er Menschen vorbeugend oder begleitet sie bei psychisch-emotionalen Prozessen, bei Genesungsprozessen sowie um sie in ihrer persönlichen Weiterentwicklung optimal zu unterstützen. Uwe Sujata ist Vorstandsmitglied der SAQ Sektion Zürich und Gründungsmitglied des Schweizerischen Berufsverbandes für Hypnosetherapie www.SBVH.org

Kosten

SAQ-Mitglieder CHF 40.00
 Nichtmitglieder CHF 60.00
 Zahlbar gegen Quittung an der Abendkasse

Anfahrt

Zu Fuss 7 Minuten ab Hauptbahnhof
 Tramlinien 6, 7, 11, 13 ab Hauptbahnhof, Haltestelle Rennweg/Augustinergasse
 Parkhäuser: Talgarten – Nüscherstrasse 31, Jelmoli – Steinmühleplatz



Anmeldung

Veranstaltung vom 14. November 2017: Burnout Prävention & mentale Gesundheit

Name	
Vorname	
Firma	
Funktion	Mitglied SAQ <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
E-Mail	
Datum	Unterschrift

Anmeldeschluss: 10. November 2017

Elektronisch: www.saq.ch oder esther.kohler@saq.ch

Fax: 031 330 99 10