



Claudine SCHMITT
Coach
www.wellbeing.lu

BURN-OUT

CONFÉRENCE

Mardi
12 avril 2016
à 19h30

FOYER DU
HALL VICTOR HUGO
60 Avenue Victor Hugo
L-1750 Luxembourg
Limpertsberg
Grand parking gratuit
disponible

Non-Membre: 12.-€
Membre: 10.-€

**Mais un burn-out
n'est-il pas le fait d'une personne « fragile » ?**

Non, car nul n'est à l'abri.
L'épuisement professionnel touche les hommes comme les femmes, toutes professions confondues.
Leur point commun ? « Le plus souvent, ce sont des personnes très engagées dans leur travail, qui aiment leur entreprise. Ce sont elles qui subissent le plus les tensions et le stress ».
Des individus perfectionnistes, en quête de reconnaissance et dévoués à leur société.

Face au burn-out, nous avons les moyens de réagir.
A condition de savoir en reconnaître les symptômes.

« Lorsque cette fatigue de fond ne passe pas avec les vacances et que l'accumulation de tensions et de stress reprend sitôt le retour au travail ».

Il est alors temps de consulter son généraliste pour un bilan de santé. A lui d'identifier les causes - burn-out ou autre problème physique - de vos symptômes.

«Quand on n'a plus d'énergie et un fort risque d'accident, c'est parfois indispensable d'arrêter le travail».

Lors de notre workshop nous analyserons les facteurs de stress, les symptômes et les conséquences de l'épuisement professionnel et nous vous donnerons les outils pour le prévenir.

ATELIER

Samedi
16 avril 2016
de 9h à 18h

AMIPERAS
26 rue Dernier Sol
L-2543
Luxembourg
Bonnevoie

Prix: 85.-€

Les sujets traités dans la conférence et l'atelier n'engagent que le conférencier