

Vortrag:

„Burnout am Kochtopf“

- Warum Familienmanager häufiger betroffen sind als Führungskräfte

Während Mann sich auf Arbeit und Karriere konzentriert, versucht Frau zu arbeiten, an der Karriere zu basteln und gleichzeitig noch als Mutter, Taxifahrerin, Pädagogin, Sternköchin und Topmodel Tag für Tag Höchstleistungen zu erbringen.

Gesellschafts- und Familienstrukturen bieten wenig Unterstützung, so dass der Wunsch, den Herausforderungen gerecht zu werden, leicht zum Dauerstress führen kann.

Erste Signale wie häufige Erkältungen, Allergien, Rückenschmerzen, Migräne, Verdauungs- und Gelenkprobleme werden häufig nicht im Zusammenhang gesehen - die eigenen Grenzen missachtet.

Termin: 25.11.2010

Wo: VHS Nagold

Beginn: 19:30 Uhr

Ende: 21:30 Uhr

Kosten: 9,30 Euro

Anmeldung über

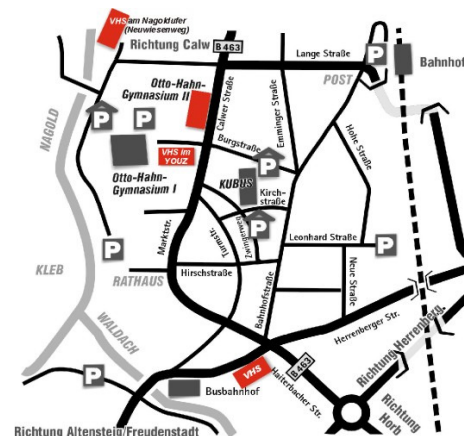
VHS Nagold:

Vorstadtplatz 15, 72202 Nagold

Tel. 07452/9315-0

Fax 07452/9315-3358

E-Mail: info@vhs-nagold.de



Dipl. Wirtschaftspädagogin
Solveig Wendler

Diploma Psych. Beratung und Coaching (ZfU)

DTB Wellness- und Bewegungstrainerin (IHK) i.A.

- 15 Jahre Berufserfahrung als Strategie- und Organisationsberaterin teilw. mit Führungserfahrung, Schwerpunkt IT-Großprojekte, Organisationsentwicklung, Führungs- und Fachkräftecoaching, Seminar- und Projektleitung
- seit 2007 Praxis für Beratung und Coaching – Burnoutprävention und Stressbewältigung
- seit 2005 KiKa-Coaching Beratung für Frauen mit Doppelbelastung (www.kika-coaching.de)