

**Programm:**

- 0830-0900: Begrüssungskaffee
- 0900-0915: Vorstellung Referent und Teilnehmer, Frage nach individuellen Zielen der Fortbildung, Präsentation Ablauf der Veranstaltung.
- 0915-1045: Historisches, Forschung, Filmausschnitt „Stanford Prison Experiment“, The Lucifer Effect, Depersonalisation, Werkzeuge der Früherkennung, Definition, Diskussion. Symptomatologie und Verlauf von Burnout (Film), Frühdetektion der 3 Stressphasen (Film) mit psychischen und körperlichen Zeichen, Mobbing als Burnoutauslöser, Film „Mobbing“, Diskussion.
- 1045-1100: Pause
- 1100-1230: Überlappende Krankheitsbilder (Depression, Neurasthenie, Fibromyalgie, Chronique Fatigue Syndrom) Burnout als Produkt der modernen Arbeitswelt, Statistik. Behandlungsmöglichkeiten des Burnout-Syndroms Teil I (Erkennen, Entlastung) mit praktischen Übungen der Teilnehmer, Film
- 1230-1400: Mittagessen
- 1400-1500: Arbeitstreffen (Family-Lab) im Hotel (bei Früchtesnack) in lockerer Runde mit Brainstorming „Grundlagen der Burnout-Prophylaxe“
- 1500-1615: Behandlung des Burnout-Syndroms Teil II (Erholung) mit praktischen Übungen der Teilnehmer, Film, Behandlung des Burnout-Syndroms Teil III (Ernüchterung) mit Filmbeispiel und Interventionsmöglichkeiten der Prophylaxe (Family Lab, Individuum)
- 1615-1630: Kaffeepause
- 1630-1745: Praktische Strategien der Prophylaxe von Seiten des Arbeitgebers, Auswahl individueller Präventionsstrategien und Grundlagen der Selbstsorge nach M. Burisch und F. Jaggi
- 1745-1800: Take home messages, Schlusswort, Verabschiedung

**Anmeldung für Burnout - Workshop****Kosten CHF 550.--/Person incl. Mittagessen und Pausenverpflegungen****Nachname:** \_\_\_\_\_ **Vorname:** \_\_\_\_\_**Adresse:** \_\_\_\_\_ **PLZ, Ort:** \_\_\_\_\_**Land:** \_\_\_\_\_ **Geburtsdatum:** \_\_\_\_\_**Telefon:** \_\_\_\_\_ **Fax:** \_\_\_\_\_**E-Mail:** \_\_\_\_\_**Gewünschtes Datum jeweils Freitags oder Samstags:** \_\_\_\_\_**Gewünschter Ort:** (zutreffendes bitte unterstreichen)**Hotel Belvoirpark, 8002 Zürich****Hofgut Albführen, D-79802 Dettighofen (20min ab Zürich-Flughafen)****Zahlende Begleitpersonen (Anzahl?)** \_\_\_\_\_**Zusätzliche Dienstleistungen (z. B. spezielle Diät, Taxi, Hotel?)**  
\_\_\_\_\_**Datum:** \_\_\_\_\_ **Unterschrift:** \_\_\_\_\_**Bitte retournieren Sie dieses Formular an DR JAGGI & CO., Fax +41 44 344 49 44 oder Fax: +41 44 869 14 24 oder senden Sie es mit der Post an: DR JAGGI & CO., Rütihofstrasse 49, CH-8049 Zürich**