

Vortrag Elternburnout

Es wird zunehmend eine Herausforderung, Familie, Beruf und Alltag unter einen Hut zu bringen. Die Leistungsgesellschaft, das Weltgeschehen, aber auch die Ansprüche an sich selber, kosten zusätzlich Energie. Immer mehr Menschen gehen über ihre körperlichen und emotionalen Grenzen hinaus. Erschöpfung und Überforderung führen längerfristig zu einem Ausbrennen. Dieser Vortrag vermittelt, wie "Elternburnout" entsteht, identifiziert Erkennungsmerkmale und zeigt vorallem Prävention und Wege auf, um wieder in Balance zu kommen. Holen Sie für sich oder für Angehörige wertvolle Inputs.



Donnerstag 12.11.2026

19.00 Uhr

Vereinssaal
Kirchplatz 7
9413 Oberegg

Referentin:
Karin Zimmermann
Resilienz-, Stress- und
Burnoutberatung

organisiert vom:



**Eintritt frei
ohne Anmeldung**

**offen für alle
Interessierte/n**

unterstützt durch:

