

Burnout *konkret* – Lösungen von Prävention bis Wiedereingliederung



Es ist egal woher der Wind weht, wenn Sie die Segel richtig setzen.

Burnout *konkret* = Praktikable Lösungen

für alle Ausprägungen von Dauerstress und Burnout

Monitoring
Prävention
Begleitung
Wiedereingliederung



Ein umfassendes Programm:

Für davor. Für dafür. Für danach.



**Das Problem von
Betroffenen und
ihrem Umfeld ist:**

Wie erkenne ich Burnout überhaupt?
Wie groß ist sein Ausmaß?

Stressbelastungen messbar machen durch Burnout- Monitoring

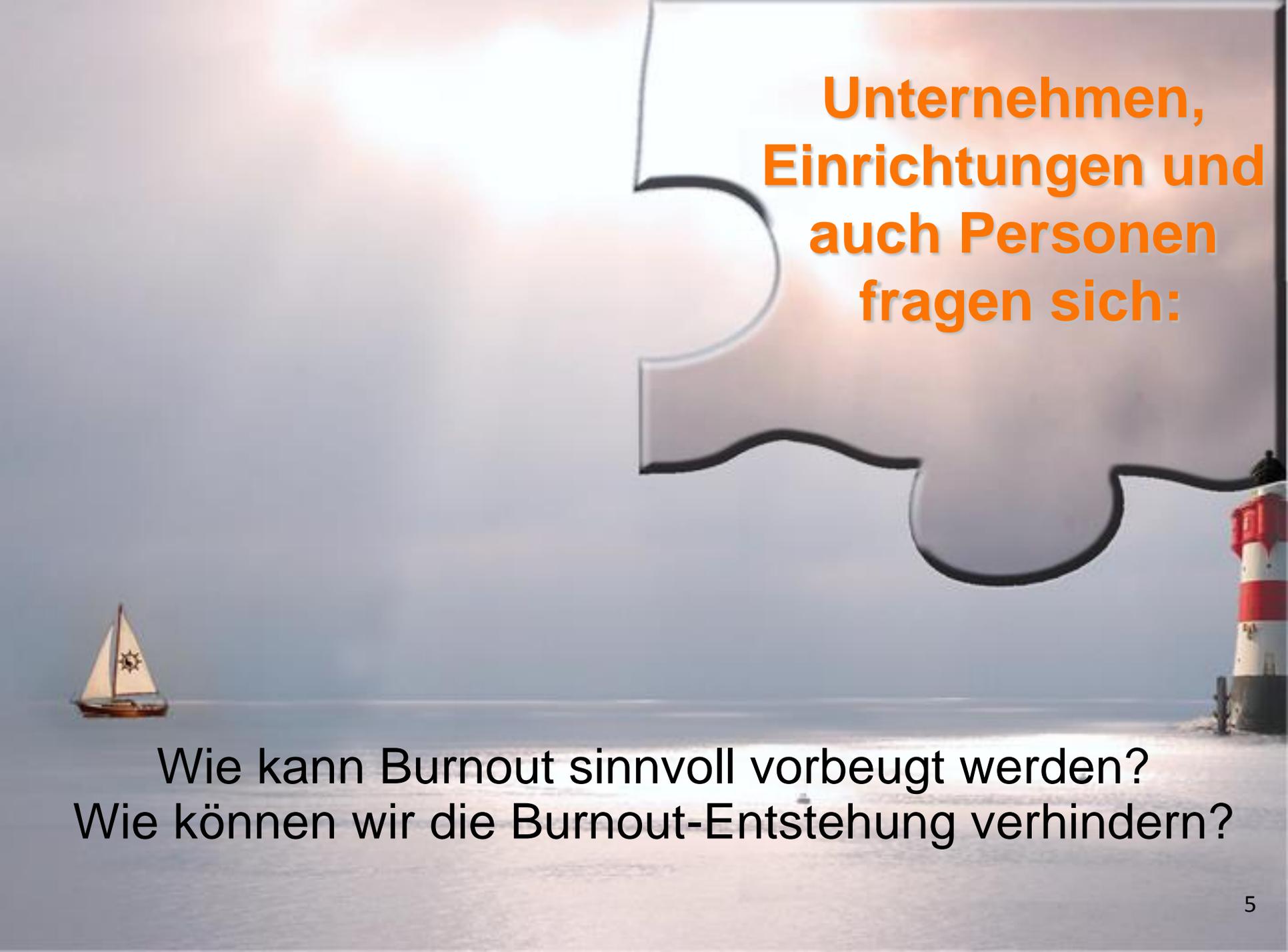
Unsere Möglichkeiten dazu sind:

Stressmonitor

Herzratenvariabilität

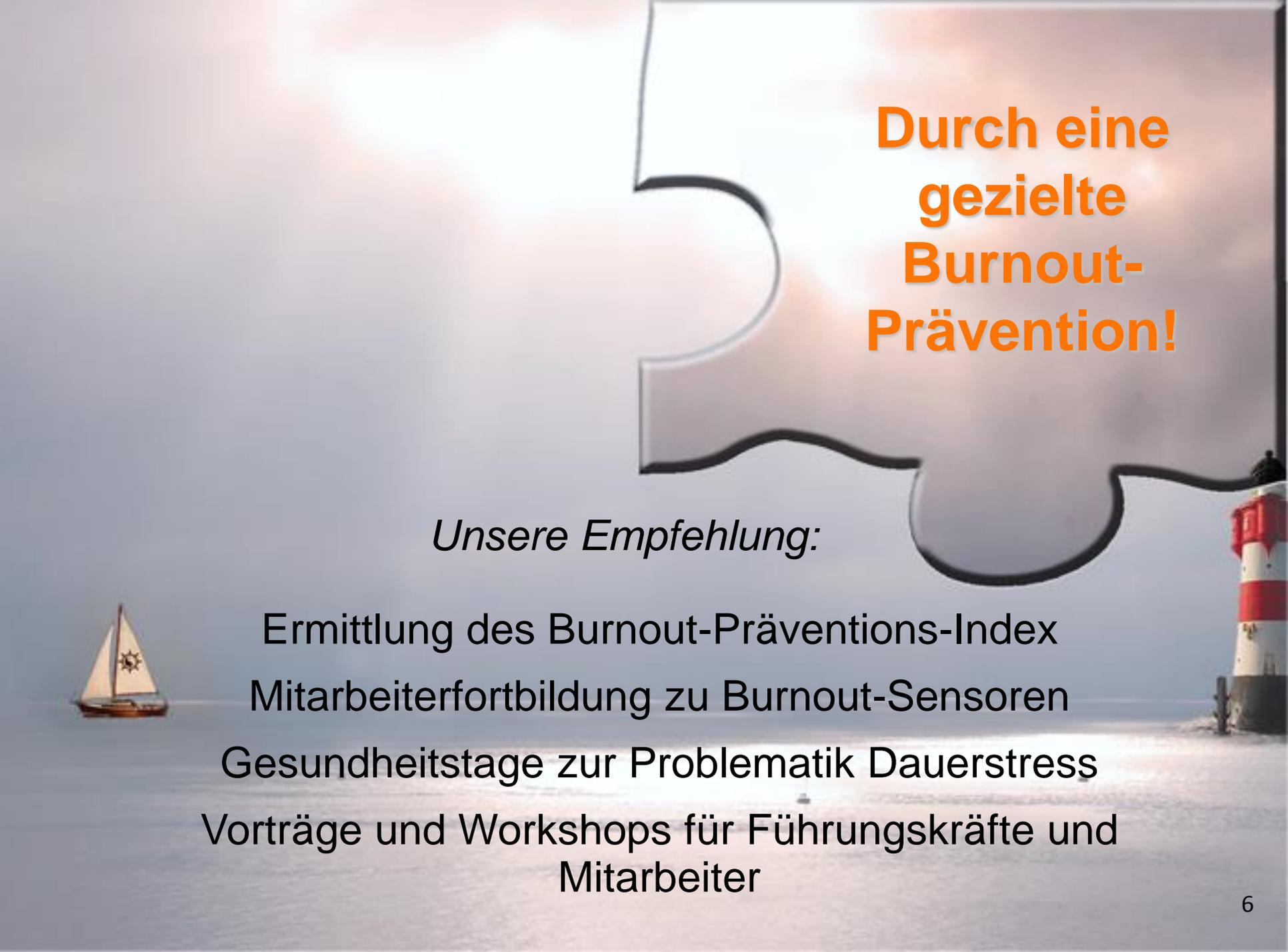
persönliches BO-Gutachten

mit dem Begleitbuch „Meine Situation“

A large puzzle piece graphic is positioned on the right side of the slide, partially overlapping the sunset background. The puzzle piece is white with a dark outline. The background features a bright sunset over a calm sea, with a small sailboat on the left and a red and white lighthouse on the right.

**Unternehmen,
Einrichtungen und
auch Personen
fragen sich:**

Wie kann Burnout sinnvoll vorbeugt werden?
Wie können wir die Burnout-Entstehung verhindern?



**Durch eine
gezielte
Burnout-
Prävention!**

Unsere Empfehlung:

Ermittlung des Burnout-Präventions-Index
Mitarbeiterfortbildung zu Burnout-Sensoren
Gesundheitstage zur Problematik Dauerstress
Vorträge und Workshops für Führungskräfte und
Mitarbeiter

Wie kann ich die akute Burnout-Situation meistern?

Wo bekomme ich kurzfristig Hilfe?

Wie bleibe ich dauerhaft von Burnout verschont?



**Betroffene
beschäftigt
vor allem:**

- eine Begleitung über 12 Wochen in der Gruppe (Helpcamp)
- wenn erforderlich auch eine individuelle Einzelbegleitung
- und in jedem Falle ein gezieltes Gesundheitsprogramm

*Wirksam, durch ein Programm, das den Körper,
den Verstand und die Seele einbezieht.*

**Unsere wirksame
Burnout-Begleitung
umfasst:**

Welches Procedere empfiehlt
sich nach dem Burnout?

**Für Unternehmen
und Betroffene
gleichermaßen
von Bedeutung:**

Burnout-Lotsen geben Unterstützung

beim BEM

Hamburger Modell

Nachsorge und Führung



**Eine Wiederein-
gliederung
unter Beachtung
aller Notwendigkeiten:**

Ein zertifiziertes, ganzheitliches & systematisches Programm aus einer Hand

**Burnout-
Monitoring**

**Burnout-
Prävention**



**Wiederein-
gliederung**

**Burnout-
Begleitung**

Die Burnout-Lotsen®

- sind ein freies Netzwerk von 250 Experten in DE, A, CH
- ihre Ziele: Burnout verhindern, erkennen, begleiten, wiedereingliedern
- Grundlage sind wissenschaftlich anerkannte Standards
- die Qualifikationen werden mit einer Prüfung abgeschlossen
- sie arbeiten mit einem hohen ethischer Anspruch
- ihre verbindlichen Leitlinien sind für jeden einsehbar
- das System ist zertifiziert
- Burnout-Lotsen ist ein eingetragenes Warenzeichen



Es ist egal woher der Wind weht, wenn Sie die Segel richtig setzen.

Die Referenten



Karla Pense

- Leiterin Burnout-Helpcenter Erfurt
- Geprüfte Burnout-Lotsin
- Ausbilderin für Lachtraining & Resilienz
- Spezialisiert auf Resilienz, Burnout-Beratung, Stressmanagement und Lachtraining

Dietmar Vetter

- Inhaber Seminarium SALVIA in Hirschaid
- Pädagoge, Heilpraktiker, Geprüfter Burnout-Lotse
- Vorbeugung und Therapie von Stresserkrankungen
- Edukation, Pflegeburnout



Es liegt in Ihrer Hand, die Segel richtig zu setzen

Werden Sie aktiv, informieren Sie sich
und geben Sie Burnout
in Ihrem Leben, in Ihrem Unternehmen
keine Chance.

www.burnout-lotsen.de



www.burnout-helpcenter.de