

INFORMATIONS



GUEBWILLER Maison Ritter

(Salle 17)



Début le mercredi 01 mars 2023



DURÉE : 02:00

Prix : **60.00 €**

PROFILS : Coach professionnelle Ennéagramme et Hypnothérapeute

PRE REQUIS :

Se sentir concerné par le Burn out, d'une manière personnelle ou parce qu'un des proches en a vécu un.

Vouloir se protéger et adopter les bons comportements pour éviter de vivre un Burn out.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 7GU254

DESCRIPTION

Au travers d'un apport théorique et d'exercices pratiques, il s'agit de sensibiliser à ce fléau qui peut toucher n'importe qui, car le Burn out arrive souvent sans prévenir.

En réalité, il prévient, mais nous sommes aveugles aux signaux.

Je propose donc une sensibilisation à ces fameux signaux, et j'accompagne les participants à observer leurs comportements et leurs croyances afin de ne pas faire du Burn out une fatalité.

OBJECTIFS

Rebondir après un burn out ou comment se préserver pour éviter d'en vivre un !

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	01-03-2023	17:00	02:00	Maison Ritter, 12 Rue du Maréchal Joffre - 68500 GUEBWILLER
Mercredi	08-03-2023	17:00	02:00	Maison Ritter, 12 Rue du Maréchal Joffre - 68500 GUEBWILLER
Mercredi	15-03-2023	17:00	02:00	Maison Ritter, 12 Rue du Maréchal Joffre - 68500 GUEBWILLER