

Föreläsning om utmattningssyndrom
- En av våra tiders stora folksjukdomar

Skynda långsamt



Jovanita

- om utmattning,
bemötande &
återhämtning



Veronica

Ny föreläsning

www.aterhamningskonsult.se

Föreläsningens innehåll

Gulnaderna mellan
utmattningsdepression och
utmattningssyndrom
- definition, symptom och behandling
Veronicas resa från då till nu
hur bägaren rinner över
vad hjälper?
vad är gott bemötande?
Hur kan vi bli bättre på att bemöta
varandra?

Vad är återhämtning från psykisk
ohälsa?
Hur kan vi stötta återhämtning?
Hur kan vi förbygga
utmattningssyndrom på arbetsplatsen?
Så gör du som chef
Så gör du som kollega
Gruppdiskussion och övning

För mer information kontakta BI
mailto:aterhamningskonsult.se