

St. Virgil Salzburg
 Veranstaltungsbüro
 Ernst-Grein-Straße 14
 A 5026 Salzburg

erschöpft

Zum Umgang mit Zeit,
 Leistung und Sinn



Tagung in der Reihe
 „Zeitkrankheiten“

Freitag, 4. Oktober, 14.30 bis
 Samstag, 5. Oktober 2013,
 12.30 Uhr

St. Virgil Salzburg
 Salzburger
 Gebietskrankenkasse

Organisatorisches

Tagungskonzeption

Mag.^a Margit Somweber,
 Salzburger Gebietskrankenkasse
 Dir. Mag. Peter Braun, St. Virgil Salzburg
 Mag. Jakob Reichenberger,
 St. Virgil Salzburg
 Mag.^a Johanna Wimmesberger,
 St. Virgil Salzburg

Termin

Freitag, 4. Oktober, 14.30 bis
 Samstag, 5. Oktober 2013, 12.30 Uhr

Ort

St. Virgil Salzburg
 Ernst-Grein-Straße 14
 5026 Salzburg

Tagungsbeitrag

€ 78,- inkl. zwei Kaffeepausen
 Lehrlinge/SchülerInnen/Studierende:
 € 39,-
 Abendmenü am Freitag: € 18,50
 (3-gängig)

Anmeldung

St. Virgil Veranstaltungsbüro
 Ernst-Grein-Straße 14
 5026 Salzburg



Tel.: +43 (0)662 65901-514
 Fax: +43 (0)662 65901-509
 E-Mail: anmeldung@virgil.at

Veranstaltungsnr. 13-0159



Impressum: St. Virgil Salzburg
 F.d.l.v.: Mag. Peter Braun
 Alle: Ernst-Grein-Straße 14, 5026 Salzburg

St. Virgil aktuell - Nr. 8/2013
 Verlagspostamt 5026 Salzburg-Aigen
 Erscheinungsort Salzburg
 Sponsoring Post · GZ 02Z030269S

Veranstalter



St. Virgil Salzburg



Salzburger Gebietskrankenkasse

erschöpft

Zum Umgang mit Zeit,
 Leistung und Sinn



Tagung in der Reihe „Zeitkrankheiten“

Freitag, 4. Oktober, 14.30 bis
 Samstag, 5. Oktober 2013, 12.30 Uhr

St. Virgil Salzburg
 Salzburger Gebietskrankenkasse

erschöpft

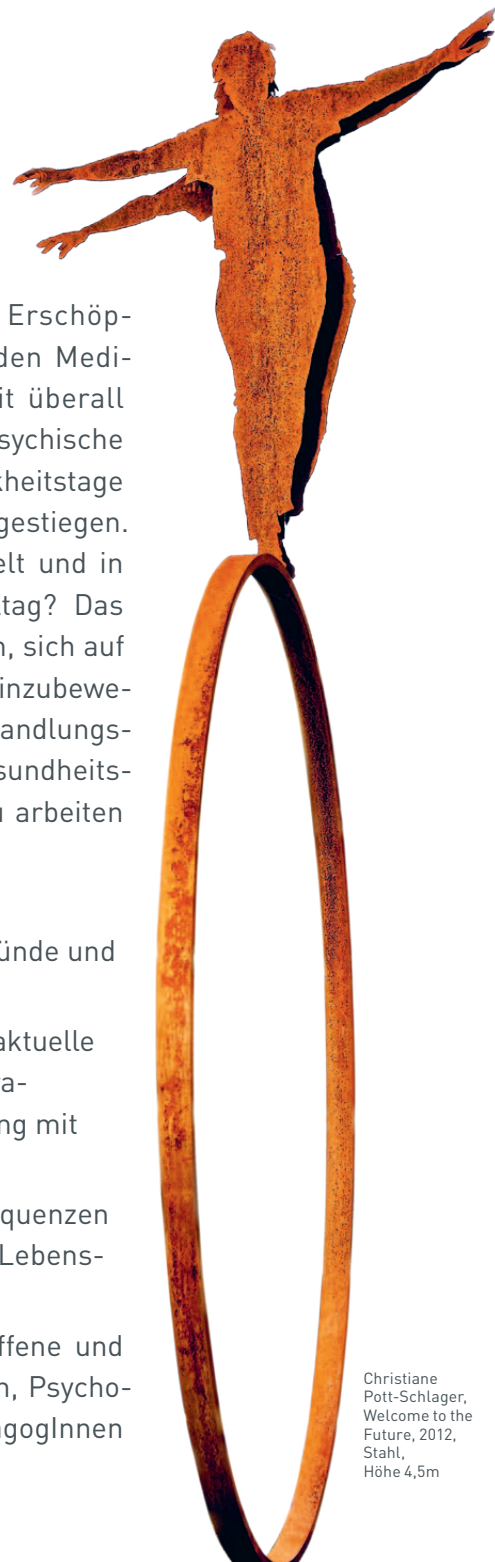
Zum Umgang mit Zeit,
Leistung und Sinn

Burn-out bzw. chronische Erschöpfungszustände werden in den Medien wie in der Öffentlichkeit überall diskutiert. Die Anzahl der durch psychische Erkrankungen bedingten Krankheitstage und Behandlungen ist erheblich gestiegen. Was läuft falsch in der Arbeitswelt und in unserem persönlichen Lebensalltag? Das Gefühl von immer mehr Menschen, sich auf einen Zustand des leeren Akkus hinzubewegen, erfordert einen dringenden Handlungsbedarf. Das betrifft sowohl das Gesundheitssystem als auch unsere Kultur zu arbeiten und zu leben.

In dieser Tagung

- ▶ erfahren Sie mehr über Hintergründe und Ursachen dieser Entwicklung
- ▶ erhalten Sie Informationen über aktuelle diagnostische, präventive und therapeutische Möglichkeiten im Umgang mit Erschöpfungszuständen
- ▶ überlegen Sie notwendige Konsequenzen für Alltag, Arbeit und Balance der Lebensbereiche

Die Tagung richtet sich an Betroffene und deren Angehörige, PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen, PädagogInnen und Interessierte.



Christiane Pott-Schlager, Welcome to the Future, 2012, Stahl, Höhe 4,5m

Freitag, 4. Oktober 2013

14.30 Begrüßung und Eröffnung der Tagung

HR Dr. Harald Seiss, Direktor der Salzburger Gebietskrankenkasse
Mag. Peter Braun, Direktor von St. Virgil Salzburg

14.45 Zeit – das große Missverständnis der Moderne

Warum wir einfach zu viel leisten und daran scheitern
Günter Funke, Logotherapeut, Existenzanalytiker, Berlin
Vortrag Teil I

15.30 Pause

16.00 Vom Sinn der Zeit und der Zeit des Sinns

Auswege aus der Leistungsfalle
Günter Funke, Berlin | Vortrag Teil II

16.30 Diskussion

17.00 Pause

17.15 „Burn-out“: eine neue, zeitgemäße Krankheit zwischen Erschöpfung und Depression?

Medizinische Hintergründe und therapeutische Perspektiven
Prof. Dr. Andreas Hillert, FA für Psychotherapeutische Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie, Chefarzt an der Medizinisch-Psychosomatischen Schön Klinik Roseneck in Prien am Chiemsee
Vortrag, Anfragen und Diskussion

19.00 Abendessen

Essen genießen mit viel Zeit und regionalen und gesunden Lebensmitteln

Samstag, 5. Oktober 2013

Arbeitskreise von 09.00 bis 12.30 Uhr

1. „Heute schon getrödelt?“

Burn-out-Vorbeugung
MMag.ª Christine Ritzer, Gesundheits-, Sport- und Klinische Psychologin, Sportwissenschaftlerin, langjährige Tätigkeit im Regenerationszentrum Goldegg der Salzburger GKK, Salzburg

2. „Schon wieder dieses ...“

Eigene Symptome erkennen
Katharina Fitzka, Psychotherapeutin in freier Praxis, Logopädin, Vortrags- und Lehrtätigkeit, Salzburg

3. Das Anti-Burn-out-Programm für LehrerInnen

Stefan Koch, Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut, Schön Klinik Roseneck, Prien am Chiemsee

4. Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR, Mindfulness Based Stress Reduction)

Dr.ª Ursula Baatz, langjährige Zen-Praxis, Autorin und Wissenschaftsjournalistin, Wien

5. Therapeutische Möglichkeiten an einer Fachklinik (Fachgespräch)

Prof. Dr. Andreas Hillert, Schön Klinik Roseneck, Prien am Chiemsee

6. Lasst ihnen Zeit, sonst sind sie so schnell fertig!

Denkwerkstatt mit *Manfred Molicki*, Gesellschaft für Zeitkultur, Königsfeld, und *Günter Funke*, Berlin
Der Arbeitskreis beginnt mit einem Impulsreferat „Vom Zeitinfarkt zur Zeitkultur am Beispiel Schule“

Anmeldung zur Tagung

erschöpft

Zum Umgang mit Zeit,
Leistung und Sinn

Veranstaltungsnr. 13-0159

Name

Beruf

Adresse

Telefon

Fax

E-Mail

Ich bin damit einverstanden, dass ich per E-Mail über weitere Veranstaltungen informiert werde.

Bitte reservieren Sie für mich

Einzelzimmer

Doppelzimmer (mit

Datum / Unterschrift