



Burnout-Zentrum  
Dr. Gerd Wenninger  
BÖDLHOF

Bölldorf 3  
84178 Kröning  
Tel.: 08744-7262  
Fax: 08744-7247

E-Mail: [gerd.wenninger@hof-boedldorf.de](mailto:gerd.wenninger@hof-boedldorf.de)  
[www.burnout-zentrum-boedlhof.de](http://www.burnout-zentrum-boedlhof.de)

# Herzlich Willkommen!

SCHÖN,  
dass es **Eröffnung**  
BÖDLHOF gibt **am 22.9.2012**



Burnout-Zentrum  
Dr. Gerd Wenninger  
BÖDLHOF



## Arbeiten bis zum Umfallen? Das muss nicht sein!!

*Burnout kann inzwischen in allen Berufs- und Altersgruppen auftreten. Erschöpft und ausgelaugt zu sein, in ein tiefes Loch zu fallen – bei Dauerstress kann sich das bei jedem im Laufe der Zeit so entwickeln.*

*Aber dem Burnout kann man auch vorbeugen, wenn man die Alarmzeichen kennt: Bei dem einen sind es Schlafstörungen oder ständige Kopf- oder Magenschmerzen, beim anderen ist es eine „Null-Bock“-Stimmung, man hat keine Lust mehr zu arbeiten und kann sich nicht mehr richtig am Leben freuen.*

*Man muß etwas dagegen unternehmen, um aus der Alltagshektik und dem Hamsterrad rechtzeitig wieder rauszukommen. Wir haben auf dem BÖDLHOF dafür mehrere Angebote entwickelt. Lernen Sie diese Angebote völlig unverbindlich kennen! Kommen Sie am Samstag in den BÖDLHOF und genießen Sie bei Speis´, Trank und Musik die einmalige Hofatmosphäre.*

Ihr  
Gerd Wenninger

## Programm

### 14.00 Umtrunk und Öffnung der Tore mit Duo Pan Tao

(Stefan Waldner und Sylvia Schäfer: [www.pan-tao.de](http://www.pan-tao.de))

### 15.00 Informations- und Aktionsstände

- Malen gegen Burnout mit den Landshuter „Weibsbildern“
- Landshuter Netzwerk e.V.: [www.landshuter-netzwerk.de](http://www.landshuter-netzwerk.de)
- QiGong mit Christine Klinger-Böhm: [www.qigong-arts.de](http://www.qigong-arts.de)
- Entspannung mit Maria Anna Bogner (Regensburg): [www.burnout-praevention.biz](http://www.burnout-praevention.biz)
- Betriebliches Gesundheitsmanagement: Dr. med. Rüdiger Meesters, Gudrun Mendl, Anke Fischer, Angelika Meesters, Gerd Wenninger

### 16.00 Experten-Runde: Burnout – neue Volkskrankheit oder Hilfe zum Krankfeiern?

- Rudolf Lang (Vilsbiburg), Standortbetriebsrat der Lisa Dräxhmaier GmbH: [www.draexhmaier.de](http://www.draexhmaier.de)
- Dipl.-Psych. Martina Molnar (Wien), Humanware – Institut für Gesundheit, Sicherheit und Ergonomie im Betrieb: [www.humanware.at](http://www.humanware.at)
- Dipl.-Psych. Barbara Thiel (München), Leiterin Personalservice und Gesundheitsmanagement, ADAC München: [www.vbg.de/stresspraevention](http://www.vbg.de/stresspraevention)
- Dipl.-Psych. Dr. Helmut Nold (Mainz), Leiter des Kompetenz-Center Gesundheitsschutz der BG RCI: [www.bgrci.de/praevention](http://www.bgrci.de/praevention)
- Dr. med. Rüdiger Meesters, Internist/Sportmedizin: [www.ihre-internisten-vilsbiburg.de](http://www.ihre-internisten-vilsbiburg.de)

### 16.30 Grillnachmittag

Der Erlös geht an das Landshuter Netzwerk e.V., Institut für psychosoziale Rehabilitation, Offene Senioren- und Sozialarbeit in Landshut.

### 18.00 Die Beat-Band „Räumungsklage“

Tanzen nach vertrauten Klängen