# Webinar Burn- en Bore-out preventie

Hoe herken je klachten van overspannenheid, burn-out en/of bore-out bij patiënten? En wat als de overspannenheid, de burn-out of bore-out uzelf of uw directe collega's overkomt?

Burn-out als nieuwe volksziekte onder de werkenden rukt steeds verder op en is in 2019 door de World Health Organisation (WHO) als ziekte erkend. Overspannenheid en burn-out komt vaker voor bij beroepen in het onderwijs en de zorg, waar een grote mate van betrokkenheid gekoppeld is aan een hoge werkdruk.

De gevolgen van aanhoudende negatieve stress kunnen als erg ingrijpend ervaren worden als je ‘ineens’ tot bijna niets meer in staat bent in je leven! Maar wat kunt u hier eigenlijk mee, in uw werk en uw privé situatie? Wat doet u om het ontstaan van overspannenheid en burn-outklachten bij uzelf en uw collega’s te voorkomen?

### **Leerdoelen**

* Kennis hebben van de kernboodschappen van de NHG-Standaard Overspanning en Burn-out 2018 Standaard M110
* Kennis vergroten in vroeg signalering van negatieve stressoren, overspannenheid en burn-out klachten
* Bekend zijn met behandelmogelijkheden binnen de huisartsenpraktijk samen met de POH-GGZ en verwijsmogelijkheden
* Vergroten van inzicht in eigen overbelastings-risico’s en een uitvoerbaar burn-out preventieplan kunnen opstellen na afloop van dit webinar

### **Opleidingsinformatie**

* **Doktersassistenten, Praktijkondersteuners**
* **Communicatie, Professionaliteit, Samenwerking**
* **Woensdag 20 Mei**
* [**Thuis - Live online learning**](https://maps.google.com/?q=Thuis%20-%20Live%20online%20learning%20%20%20%20)
* **20.00 - 21.00 uur**
* **1 accreditatiepunt**
* **Dhr. M.K.R. Hoogerheide**
* **€ 25,00**