

# **Anti-Burnout, Reduktion der Arbeitsbelastung, Selbstschutz ... und mehr.**

**Beitrag von „Schwamm“ vom 5. September 2017 09:53**

Das sehe ich genau so wie Sandy. Wie oft vergisst man vor lauter Engagement sich selbst und hat dann mit den Folgen zu kämpfen. Ich habe schon einige Kollegen sehenden Auges in den Burn-Out rennen sehen.