

Eine Veranstaltungsreihe des Netzwerks UniKid-UniCare Austria

# CAREseiten zeigen

Die Vorträge richten sich an Mitarbeitende und Studierende aller Netzwerk-Universitäten in Österreich. Die Reihe greift Care-Themen auf und fragt nach ihren Bedeutungen für den Studien- und Arbeitsort.

## Selfcare in herausfordernden Zeiten – Prävention von Burnout

Viele Menschen leiden heute an Überforderung in den unterschiedlichsten Lebensbereichen, sowohl privat als auch in der Arbeit.

Überforderte und ausgebrannte Menschen haben eines gemeinsam: Sie haben ihre persönlichen Grenzen nicht beachtet.

Muster zu erkennen und lernen, mit Grenzen gut umzugehen, ist das Ziel in diesem Vortrag.

Link zum Vortrag:



©Bilder: Freepik, privat

### 14. Vortrag

**9. Oktober 2025**

**14:00 – 15:30 Uhr**

**online via [Zoom](#)**

Die Teilnahme ist kostenlos!  
Der Vortrag wird in österreichischer  
Gebärdensprache gedolmetscht.

### Referentin

Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Renate Kreutzer



Psychologin,  
Psychotherapeutin,  
Klinische Seelsorgerin,  
Hospizarbeit,  
Demenzschulung

**UniKid-  
UniCare  
Austria**



Beruf.  
Studium.  
Familie.

[www.unikid-unicare.at](http://www.unikid-unicare.at)