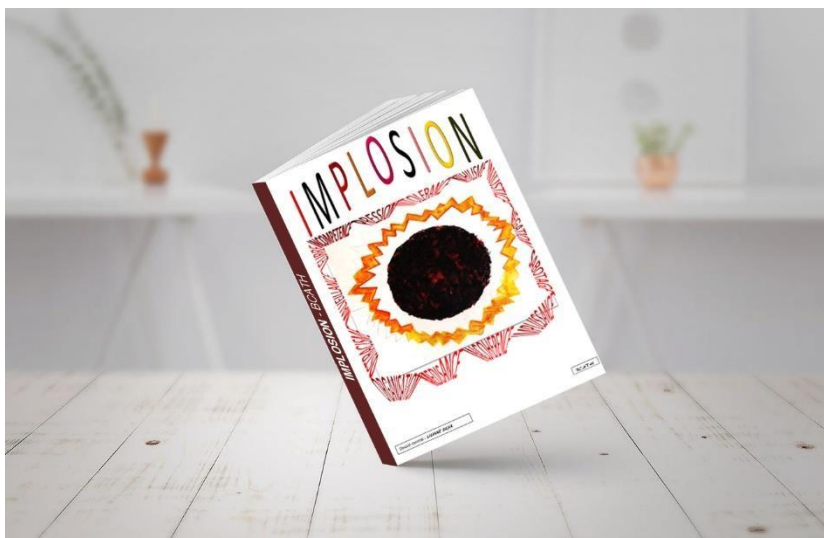


Biographie et analyse d'un burn-out



Format 15cm x 22 cm
284 pages
Impression intérieur 100 g
Couverture 350 g satin
Reliure dos carré collé P.U.R - poids 480g
Epaisseur : 1.5cm

Photo non contractuelle (variation dans les couleurs + dos blanc et non bordeaux)

Qui suis-je ?

Je m'appelle Catherine Burgagni. Je suis née le vingt-sept octobre 1953 d'une mère célibataire et de père inconnu. À la disparition de ma mère en 1960 (suicide par noyade ? son corps n'a jamais été retrouvé), je fus élevée par mes grands-parents maternels. Malgré cette disparition brutale, j'ai eu une enfance sereine et libre. Mon grand-père était ouvrier dans une usine de produits chimiques. Il avait une petite ferme composée de quelques vaches, des poules, des lapins, un mulot et un terrain agricole. Son travail en usine et sa ferme ne lui laissaient guère de loisirs. Ses journées étaient remplies et intenses. Il décéda d'un cancer de la vessie alors que j'avais onze ans. Je perdis ma grand-mère dans l'année de mes vingt-cinq ans. J'étais mariée et j'avais une fille de dix-huit mois. Je divorçai en 2002. En 2006, je me mis en ménage avec un homme divorcé ayant trois enfants.

Je fais cette courte parenthèse sur mon origine, car certaines personnes voulaient attribuer la responsabilité de mes problèmes professionnels aux aléas de ma vie privée. Une façon de minimiser la situation qui se passait au travail en faisant référence à ma naissance, à mon enfance et à ma vie maritale.

Quatrième de couverture

J'ai écrit le récit de mes quarante années de carrière professionnelle dans le monde de l'industrie de la micro-électronique. J'ai vécu à la fin de ma carrière un burn-out dans des circonstances de harcèlements.

J'ai choisi de me confronter à cela dans un travail de compréhension des mécanismes qui se mettent en place. J'ai fait une véritable introspection à l'intérieur de moi-même, une analyse et une recherche approfondie de la mise en place de ces mécanismes et de leurs conséquences.

À travers le récit de mon travail de reconstruction, je raconte les moyens que j'ai utilisés et qui ont été dictés, en partie, par mon intuition et par les conseils de personnes avisées que je côtoyais. J'ai mis deux ans à écrire ce livre. Je suis passée par trois étapes importantes : le déversoir et l'acceptation de mon handicap temporaire, la reconnaissance de mes réalisations et ma restructuration. BCATH

« Entre le mois de novembre 2013 jusqu'à ce jour, j'ai vu Catherine s'alléger de ses maux, pour enfin retrouver des mots, une estime d'elle-même, du courage et la volonté de cicatrifier des plaies, parfois indélébiles.

Avec une force sereine, elle se reconstruit, elle s'épanouit et par ce livre, elle offre à celles et ceux qui se retrouvent dans l'impasse du burnout, un espoir, une lumière... une renaissance. Merci Catherine, de reprendre avec persévérance, les détails de ton histoire, pour nous ouvrir les yeux et échapper à ce phénomène, dans lequel il est facile de se laisser engluier. »

Patricia Guichardan : pratiques énergétiques corporelles, shiatsu, qi-gong.



Via ferrata du col du rousset : septembre 2016

BON DE COMMANDE

Livre : **IMPLOSION**

Les commandes seront confirmées par mail ou par SMS, puis expédiées par envoi suivi dans les sept jours à réception du paiement et du bon de commande.

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse complète :

CODE POSTAL : _____ VILLE : _____

N° de Téléphone :

Editeur BCATH
978-2-9559482

Adresse : Catherine Burgagni
22 rue du Lavoir de Criel Bat C.
38500 - Voiron

Email :
BCATH38500@GMAIL.COM

Téléphone :
Fix : +33 980583221
Mobile : +33 783493001

Un exemplaire 20 € TTC

Nbre d'exemplaire : -----
X 20€ -----

Frais d'envoi en France :
Frais d'envoi selon le poids* -----
*Tarif en vigueur par la poste
justificatif sera joint

TOTAL ----- €

Payement : Chèque ou liquide

Lettre suivie en prêt-a-poster

Le prêt-à-poster ou PAP est une lettre suivie qui intègre l'emballage, une enveloppe cartonnée ou une boîte selon le poids, que vous pouvez acheter en bureau de poste.

Poids max	Format en cm	Tarif lettre Suivie PAP 2020
500 g (pochette)	26 x 33	7,30 €
500 g (boîte)	22.5 x 13.9 x 3	8,00 €
1 kg (boîte)	28.5 x 17.6 x 3	6,11 €

2 livres / boîte de 1kg

Colissimos préaffranchis

Poids / Zone	France	Monde
1 kg	8,50 €	-
3 kg	8,50 €	-
5 kg	12,50 €	