FRAU & BERUF

KOSTENFREIER WORKSHOP
FÜR FRAUEN

MENTAL LOAD



Wenn die Liste im Kopf zu lang wird!

Das ständige Gefühl immer an alles denken zu müssen,
ist eine ständige Belastung, die uns täglich begleitet
und für die (wir Frauen),
oftmals und ganz selbstverständlich, die Verantwortung zu tragen haben.

Herzlichst laden wir Sie zu unserem Workshop am

Wann: 28.Oktober 2026 von 09:00 - 12:00 Uhr
Wo: Haus für Jugend und Familie, Lindenstr. 9,
in Ahrensbök ein.

Sie erhalten Einblicke in Überlebensstrategien für den Alltag.
Ideen wie Care-Arbeit gerechter aufgeteilt werden könnte
und Platz für Ihre persönliche Selbstfürsorge bekommen
Gemeinsam finden wir neue Lösungsansätze und gehen auf Ihre Fragen ein.

Gerne können Sie zur Ergänzung des Workshops einen kostenfreien Beratungstermin,
mit mir vereinbaren.

Anmeldung bitte über Frau Müller, Beraterin von Frau & Beruf
0175 890035 oder britta.mueller@faw.de

Kofinanziert von der Europäischen Union
SH Schleswig-Holstein Landesregierung
faw