



Mental Load erkennen, professionell begleiten & verringern

Online Fortbildung für Eltern-Kind- und Eltern-Baby-Kursleitungen

Donnerstag, 12.09.24 von 18:00 – 21:15 und Donnerstag, 19.09.24 von 18:00 – 21:15

Eine Familie zu haben bedeutet, eine Flut von Aufgaben bewältigen zu müssen. Dieser Mental Load kann Eltern - häufig Mütter - überfordern und erschöpfen. Doch das muss nicht sein! In diesem Workshop erfahren und reflektieren wir im Rahmen von zwei Terminen

- was genau Mental Load eigentlich ist
- wie man Mental Load sichtbar machen kann
- was Mental Load mit Gleichberechtigung zu tun hat
- wo uns Mental Load in Eltern-Kind-Angeboten begegnet
- wie wir den professionellen Blick auf die komplexen Lebenslagen von Familien schulen können
- welche Lösungsansätze und Unterstützungsstrategien hilfreich sind.

Referentin: Sabine Bertram, Prozessbegleiterin, Coach und Supervisorin

Leitung: Nora Becher, EEB Niedersachsen

Veranstaltungsort: online per Zoom

Anmeldung: [online](#) oder per Mail an eeb.niedersachsen@evlka.de

Anmeldeschluss: 05. September 2023

Die Teilnahme ist kostenfrei.

In Kooperation mit:



Evangelische
Familien-Bildungsstätte
Emden

[Zur Anmeldung:](#)



EVANGELISCHE
ERWACHSENENBILDUNG
NIEDERSACHSEN