

„Akku leer - Wo ist mein Schnellladegerät?“

Am 20.11.2021 von 9 Uhr bis 16 Uhr bietet das ev. Familienzentrum „emilie“ einen Workshop zum nachhaltigen Aufbau von Gelassenheit und Resilienz für Eltern an. Es geht zentral um das eigene Spannungsfeld zwischen familiären, beruflichen und persönlichen Bedürfnissen. Barbara Mensching und Kathrin Linde, beide systemische Familientherapeutinnen in eigener Praxis, laden Sie ein, sich den Fragen zu stellen:

- Wie werde ich meiner Familie und mir selbst gerecht, ohne meine Belastungsgrenze zu überschreiten?
- Woher nehme ich die Kraft, Zeiten besonderer Herausforderung erfolgreich zu managen, ohne mich selbst zu verlieren?
- Wie lade ich meinen Akku auf, ohne dauerhafte Leistungseinbußen?



Beide Familientherapeutinnen sind sich einig, dass die hohen Ansprüche an junge Familien nicht erst seit Corona existieren. Aus diesem Grund geben sie Teilnehmer/Innen des Workshops die Möglichkeit anhand eines selbst entwickelten Modulsystems und darin enthaltenen Selbsterfahrungsanteilen, eigene Lösungsansätze zu entdecken.

Veranstaltungsort:

Gemeindehaus der Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Michaelis,
Am Kummerberg 2
Bissendorf

Kosten: für den Workshop, incl. Getränke und einem Mittagessen mit internationalen Kleinigkeiten: 25,00 €

Zur Sicherheit aller Teilnehmenden müssen wir uns an die **3 G-Regelung** halten, bringen Sie bitte einen gültigen Nachweis mit!

Sollte dieser Workshop Ihr Interesse geweckt haben, melden Sie sich bis zum 15.11.2021 an bei Anke Cohrs, Koordinatorin des Familienzentrums *emilie*, unter der Rufnummer 05130/6090841 oder per Mail info@emilie-wedemark.de