

Pressemitteilung



„Mama macht Spagat“

Selbstbewusst jonglieren zwischen Familie und Beruf

Berufstätige Mütter müssen eine Menge unter einen Hut bringen: Job, Familie, Partnerschaft, Freunde. Der ganze Tagesablauf will perfekt organisiert und strukturiert sein. Frauen muten sich dabei oft viel zu, und nicht wenige geraten an ihre Grenzen.

Dieses Seminar möchte an drei Abenden aufzeigen, wie Frauen die alltäglichen Herausforderungen des Berufs- und Familienlebens erfolgreich, zufrieden und ausgewogen meistern können. Folgende Themen stehen dabei jeweils im Mittelpunkt:

1. Abend Gut sortiert zwischen Anspruch und Wirklichkeit:

Realitäten-Check, verschiedene Rollen wahrnehmen, Komplexität würdigen, sich selbst positionieren

2. Abend Gut in Spannung:

Konstruktiv mit Zwickmühlen und Unklarheiten umgehen, den eigenen mentalen Modellen nachspüren

3. Abend Gut aufgestellt in die nächste Phase:

Ressourcen aktivieren, integrieren und Prioritäten setzen

Das Seminar findet statt am

Montag, den 06.05., 13.05. und 20.05.2019 von 19:15 Uhr bis 21:30 Uhr

Referentin: Verena Krey (Dipl.-Religionspädagogin, systemische Beraterin (DGSF), kirchliche Organisationsberaterin (GBOE))

Veranstaltungsort ist gleis7 (1. OG), Renzstraße 3, 67547 Worms. Der Teilnehmerbeitrag für das Seminar beträgt 25,- € pro Abend. **Die Teilnahme an allen drei Abenden wird empfohlen, ist aber nicht Voraussetzung für eine Anmeldung.**

Anmeldung ab sofort im CaritasCentrum St. Vinzenz unter Tel.: 06241 2681-0 oder per E-mail: wormser-akademie@caritas-worms.de. Weitere Informationen, Ansprechpartner und aktuelle Termine finden Sie u.a. auf den Internetseiten www.caritas-worms.de