



Wenn die Liste im Kopf zu lang wird

Das Gefühl immer an alles denken zu müssen - das ist Mental Load. Es bezeichnet die Last der alltäglichen, oft unsichtbaren, Verantwortung, welche noch immer überwiegend bei Frauen liegt.

Gemeinsam mit der Koordinatorin des Familienzentrums Oase in Bad Oldesloe, Anke-Silke Schmidt-Ellison, und Kirsten Rump von der Beratungsstelle Frau & Beruf, geben wir Einblicke in Überlebensstrategien im Alltag. Wie kann Care-Arbeit gerecht aufgeteilt werden? Wie kann die Selbstfürsorge im Alltag Platz bekommen? Wir gehen auf Fragen ein und finden gemeinsam neue Lösungsansätze.

Wann: Dienstag, 3. November 2026, 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Wo: Familienzentrum Oase, Ratzeburger Straße 20, Bad Oldesloe

Vereinbaren Sie einen kostenfreien Beratungstermin, um die neuen Impulse individuell und praktisch in Ihren Alltag zu integrieren.

Anmeldung und Fragen:

Kirsten Rump: 0151-21043827 oder kirsten.rump@faw.de