



kostenlose ELTERNFORTBILDUNG “ELTERNBURNOUT”

**AM 06.05.2024 AB 17:00
IN DER KITA LEMWERDER**

Der Alltag fühlt sich schwer an, die Erschöpfung wird übermächtig und es bleibt keine Zeit für Erholung. Dies kann längerfristig auch zu gesundheitlichen Problemen führen und auch Enttäuschung, Traurigkeit und Selbstzweifel können entstehen. Lernen Sie einem Burnout vorzubeugen, wie sich der Alltag leichter gestalten lässt und wie Sie zu mehr Kraft kommen, um diese wunderbare Zeit mit Ihren Kindern genießen zu können.



ANMELDUNG

unter 0421/835 161 89 oder
bei Silke Dammann 0421/67 39 50
oder per Mail
dammann@lemwerder.de



Kreisvolkshochschule
Wesermarsch GmbH