Sinnvoll leben - Burnout-Vorbeugung für Eltern und Großeltern

Event - Sinnvoll leben - Burnout-Vorbeugung für Eltern und Großeltern ↻

When	Di, 1.06.2021, 19:00 - Di, 15.06.2021, 20:30

Description

In der Familie und im Beruf kann Freude und Erfüllung erlebt werden, aber diese Lebensbereiche sind auch Orte der Belastung, Anstrengung und Auseinandersetzung mit Konflikten. Kommt es zu einem Burn-out, sind beide Bereiche massiv davon betroffen, sinnvolle Vorbeugemaßnahmen daher wichtig und wesentlich.

- Kraft tanken in der Familie statt Überforderung
- Freude an der Entwicklung der Kinder und Enkelkinder statt Angst um ihre Zukunft
- Genießen können statt Konsumzwang
- Zufriedenheit mit sich statt Schönheitswahn
- Begeisterung, Energie und Kreativität statt Arbeitsfrust
- Erfüllung statt Selbstverwirklichung um jeden Preis
- Perspektivenwechsel statt Starren auf Unveränderbares
- Mut, neue Dinge zu beginnen statt Kraft für alte Kränkungen und Lebensmuster zu verschwenden

Gemeinsam machen wir uns auf den Weg, den Mehrwert in unserem Leben zu entdecken und überlegen: Wofür lohnt sich Veränderung? Wofür lohnt sich Engagement? Wofür lohnt es sich zu kämpfen und Lebenskrisen zu überwinden? Wofür lohnt es sich zu leben?
Wegweiser werden u.a. Texte von Viktor E. Frankl sein.

Eingeladen sind:

Eingeladen sind Eltern-, Stief- und Großeltern von Kindern im Alter von 0 – 18 Jahren.

Rückmeldungen und Projektberichte (Auswahl):

- Projektbericht 2011 (Wiener Neudorf) mit Feedback
- Projektbericht 2011 (Wiener Neustadt) mit Feedback

weitere...

Referentin:

Mag.a Dr.in Gerlinde Grübl-Schößwender



Erziehungs- und Bildungswissenschafterin, Sozial- u. Heilpädagogin, Lebens- u. Sozialberaterin (psychologische Beratung), Dipl. Erwachsenenbildnerin (www.lebensbegleitung.at)

Seminarreihe **in 3 Teilen**.

Max. **16 TeilnehmerInnen**.

Freie Spenden sind erbeten.

Anmeldung:

Haus der Begegnung
Tel.: +43/ (0) 2682 / 63290
E-mail: bildungshaus@hdb-eisenstadt.at
Website: www.hdb-eisenstadt.at

Im Rahmen der „Vernetzten Elternbildung im Burgenland“, gefördert durch das Bundesministerium für Familien und Jugend.

Venue - Haus der Begegnung Eisenstadt

Location	Haus der Begegnung Eisenstadt
Street	Kalvarienbergplatz 11
Postcode	7000
City	Eisenstadt

County	Burgenland
Country	AT