



Eine Veranstaltung von der  
Gleichstellungsstelle Stadt Greven

## Schlechtes Gewissen adé!

### Strategien für einen entspannteren Umgang mit der Vereinbarkeit von Beruf, Familie, Pflege und Privatleben

Sie suchen neue Anregungen und Impulse, wie Sie der Vielzahl der Herausforderungen im Alltag begegnen können?

Sie fragen sich, wie Sie ohne schlechtes Gewissen Ihrem Job, Ihrer Familie und Ihrem Privatleben gerecht werden können?

Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie ein Ausstieg aus dem Gedankenkarussell gelingen kann und die unsichtbaren Aufgaben sichtbar gemacht werden, um sie neu in den Blick zu nehmen. Ausgangspunkt ist die Reflexion über die eigene Haltung, persönliche Prägungen und Werte. Der Vortrag gibt Impulse, um darüber nachzudenken, wer eigentlich welche Verantwortung für was übernimmt. Die Teilnehmenden gewinnen Klarheit darüber, wo innerliche und äußerliche Hindernisse liegen, mit dem Ziel, die Vereinbarkeit zur eigenen Zufriedenheit besser gestalten zu können.

**Referentin:**

**Verena Lödding**

**Ort:**

**Kulturschmiede Greven**

**Friedrich-Ebert-Str. 32**

**48268 Greven**

**Zeit:**

**19:30 Uhr**

**Termin:**

**Montag 28.10.2024**

Anmeldung:

Per E-Mail unter:

[gleichstellungsstelle@stadt-greven.de](mailto:gleichstellungsstelle@stadt-greven.de)