



Zwischen Lego und Laptop – Familie und Beruf im Einklang

Kursleitung: Karina Feindt

Termin: Montag, 05.10.2026 von 17.30 – 19.30 Uhr

Manchmal fühlt sich jeder Tag wie ein Wettlauf an und trotzdem bleibt das Gefühl, nie genug zu schaffen. Dieser Workshop schenkt dir Raum zum Durchatmen. Gemeinsam mit Resilienztrainerin Karina Feindt blickst du auf deine persönlichen Stressfallen und entwickelst einfache Wege zu mehr Struktur, Gelassenheit und Selbstfürsorge. Zusammen mit Frauen, die deinen Alltag verstehen, wächst neue Kraft Beruf und Familie.

Kursgebühr: 12€

in der



**Kindertageseinrichtung und Familienzentrum
Rasselbande / Geseke / Düstere Gasse 7**

Anmeldung: info@vhs-vor-ort.de

02942/9841760 oder 05258/507-0