

Online-Angebote/ Vorträge für Frauen: *Kraftquellen und Energiefresser im Home-Office– Ich tu mir gut!*

Unter den derzeitigen Pandemie-Bedingungen ist es besonders für uns Frauen, die neben ihrem Beruf oftmals noch zusätzlichen Belastung wie Homeschooling, verstärkter Kinderbetreuung u.ä. ausgesetzt sind, unverzichtbar, sich selbst gut zu versorgen, Zeit für sich selbst zu nehmen und auf einen möglichst ausgewogenen Zeit- und Kräftehaushalt zu achten.

Diese kleine Auszeit wird dafür genutzt, sich der eigenen Kraftquellen bewusst zu werden und sie zu maximieren, aber auch die Energiefresser anzuschauen, um zu schauen, welche zu minimieren sind.

Referentin:

Eva Heymann, Kommunikationstrainerin/Coach und Jobcoach, Frankfurt am Main

Dauer:

60 – 90 Minuten

Hinweise zu den Online-Angeboten vom BüroF:

Die Teilnahmezahl bei allen Online-Angeboten wird begrenzt und der Anmeldeschluss ist immer einen Tag vor der jeweiligen Veranstaltung. Haben Sie Interesse, für Ihre Frauen vor Ort oder Ihre Frauengruppe ein solches Online-Angebot anzubieten? Sie haben Fragen zu unseren Online-Angeboten?

Melden Sie sich bei uns:

E-Mail: frauen@buero-f.de

Telefon: 0611/ 15 78 60