

## **Online-Angebot/ Vortrag für Frauen: Die soziale Funktion von echten Beziehungen zu Menschen – wie können wir auch in dieser turbulenten Zeit Kontakte pflegen?**

### **Tipps gegen Einsamkeit von Frauen**

Einsamkeit wird oft als Volkskrankheit in modernen Gesellschaften bezeichnet. Und gerade jetzt sind Frauen jeder Altersgruppe durch die Kontaktsperre mit sich und Ihren Themen allein. Sie es, dass Menschen im Rentenalter aus Vorsicht die geliebten Kontakte unterlassen, oder es sind Frauen der mittleren Generation, die dieses Gefühl im Zusammenspiel mit hohen Anforderungen in Familie und Beruf nur zu gut kennen.

Erfahren Sie in diesem Workshop, wie man der Spirale der Einsamkeit entkommt, erleben Sie entlastenden Austausch und erarbeiten Sie für sich kleine Freuden und spannende Lösungen – kurz: Werden Sie aktiv!

Referentin:

Anna Basse, systemischer Business-Coach, Trainerin für Integration, Ausnahme- und Krisensituationen, Lenkungsreis Freundeskreis Asyl Königstein, Königstein

Dauer:

60 Minuten

### **Hinweise zu den Online-Angeboten vom BüroF:**

**Seit dem 17.04.2020 bietet das BüroF zusammen mit einigen Referentinnen und Kooperationspartnerinnen das neue Online-Veranstaltungsformat an. Hier haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, Vorträge und Inhalte online anzusehen und per Chatfunktion ihre Fragen zu stellen und mitzudiskutieren.**

**Die Teilnehmerinnen benötigen lediglich einen Computer mit gutem Internetzugang und Lautsprecher. Mit Planung eines Online-Vortrags/ Angebots gibt es einen Link, unter dem sich die Teilnehmerinnen anmelden können. Die Teilnehmerzahl bei allen Online-Angeboten wird begrenzt und der Anmeldeschluss ist immer einen Tag vor der jeweiligen Veranstaltung. Die Kosten pro Online-Vortrag belaufen sich auf 150 Euro zzgl. Servicepauschale.**

**Haben Sie Interesse, für Ihre Frauen vor Ort oder Ihre Frauengruppe ein solches Online-Angebot anzubieten?**

**Melden Sie sich bei uns:**

**E-Mail: [frauen@buero-f.de](mailto:frauen@buero-f.de)**

**Telefon: 0611/ 15 78 60**