ONLINE Mental Load und Emotional Load



Familienalltag, Termine, Gefühle – vieles bleibt unsichtbar und lastet besonders auf Müttern. Der Vortrag zeigt, wie mentale und emotionale Belastungen entstehen, wie sie uns erschöpfen – und wie durch faire Aufteilung und bewusste Entlastung wieder mehr Leichtigkeit in den Alltag kommt. Für Mütter UND Väter.

Zeit:	Di. 27.10.2026 von 20 - 21:30 Uhr
Ort:	KVW virtueller Kursraum (via Zoom)
Referentin:	Monika Kompatscher, Counsellor Professional, Psychologin und Mama von zwei Kindern, Vahrn
Gebühr:	15,00 Euro

gefördert von

AUTONOME PROVINZ BOZEN SÜDTIROL / PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO ALTO ADIGE
Deutsche Kultur

Weiterbildung in Südtirol

Info: KVW Bildung Brixen, Hofgasse 2, 39042 Brixen, Tel. 0472 207 978,brixen@kvwbildung.org, bildung.kvw.org

KVW