



**FRAUEN
FRÜHJAHR
EMPFANG
2025**

des Kreisfrauenforums

10. Mai 2025 um 15 Uhr
Im Haus Harkotten
Wappensaal -
Sassenberg - Füchtorf

Samstag
10. Mai 2025
15 Uhr

VERLAUF

Begrüßung

durch den Bürgermeister der Stadt Sassenberg, Herrn Josef Uphoff und die Gleichstellungsbeauftragte Frau Manuela Stumpe

Ziele und Herausforderungen des Mental Load

Nicole Krüger, Gleichstellungsbeauftragte Kreis Lippe, Sprecherin des AK Gleichstellungspolitik LKT, Vorsitzende des Runden Tisches gegen Gewalt an Frauen in Lippe und Koordinatorin der Anonymen Spurensicherung.

Netzwerkarbeit

Führung durch das Haus Harkotten

Kosten: 10 €uro

Bei einem kleinen Imbiss besteht Gelegenheit für Austausch und Diskussion.



Mental Load

“Was ist alles in Ihrem Kopf oder steht auf Ihrer To-Do-Liste? Arbeit, Einkauf, Elternabend, Haushalt, Arzttermine, Hausaufgaben, Geburtstage ... einfach das (Familien-)leben und gleichzeitig eine große Organisationsleistung.

Diese bedeutet viel Arbeit für den Kopf. Das Gefühl, an alles denken zu müssen, kann mental belasten.

Hinzu kommt erschwerend, dass Fürsorge-Arbeit überwiegend als selbstverständlich erachtet wird und oftmals die Anerkennung dafür fehlt. Lassen Sie uns daher gemeinsam verschiedene Strategien gegen den Mental Load anschauen und auf deren Praxistauglichkeit prüfen.“

**Sprecherin: Nicole Krüger M.A.,
Gleichstellungsbeauftragte Kreis Lippe.**

Das Kreisfrauenforum, ein Zusammenschluss aller Fraueninitiativen und -vertretungen im Kreis Warendorf lädt Sie zu dieser Veranstaltung herzlich ein.



Bitte melden Sie sich bis zum
03.05.2025 an bei:

Manuela Stumpe
Gleichstellungsbeauftragte
der Stadt Sassenberg
Telefon: (0 25 83) 3092130
E-Mail: stumpe@sassenberg.de

Die Veranstaltung wird organisiert vom
Arbeitskreis der
Gleichstellungsbeauftragten
im Kreis Warendorf

