

Familie und Beruf – wie kann die Balance gelingen?

Samstag, 24. Februar 2007, 09.30 – 17.00 Uhr

Montag, 12. und 19. März 2007, 18.00 – 21.00 Uhr

Familien- und Erwerbsarbeit, vielleicht dazu noch Freiwilligenarbeit unter einen Hut zu bringen, ist bereichernd, stellt aber auch hohe Anforderungen. Den unterschiedlichen Ansprüchen gerecht zu werden und dabei die eigenen Bedürfnisse nicht zu vernachlässigen, ist oft nicht leicht.

Der Kurs ermöglicht die Auseinandersetzung mit der eigenen Situation, vermittelt Praxiswissen und Impulse für den Umgang mit den privaten und beruflichen Rahmenbedingungen, welche die persönliche Balance beeinflussen.

Themenschwerpunkte:

- Sich mit eigenen Bedürfnissen, Ansprüchen und Gefühlen (z.B. schlechtes Gewissen) auseinandersetzen
- Mit unterschiedlichen Anforderungen und Belastungen umgehen können
- Organisation/Aufgabenteilung in der Familien- und Hausarbeit überprüfen und anpassen
- Familienfreundliche Arbeitsbedingungen im Beruf aushandeln

Kursleitung:

Elisabeth Häni, dipl. Erwachsenenbildnerin AEB, Fachstelle UND, Familien- und Erwerbsarbeit für Männer und Frauen

Kurskosten:

Kursgeld: Fr. 170.00

Materialkosten: Fr. 15.00

Kursort:

Schwarztorstrasse 5, Bern

Anmeldeschluss:

9. Februar 2007

Der Kurs eignet sich für Familienfrauen, die erwerbstätig sind oder den beruflichen Wiedereinstieg planen.