

Akku laden im Alltagschaos Burnout Prävention für Mütter und Väter

Dienstag, 20.10.26 | 20-21:30 Uhr | Online

Inhalt

Zwischen Brotdosen packen, Arbeitszeiten jonglieren und der ewigen Frage "Woher kommt schon wieder diese ganze Wäsche" bleibt nur wenig Zeit zum Durchatmen. Vergiss theoretische Vorträge voller unerreichbarer Self-Care-Tipps! Bei unserem Onlineabend schauen wir uns lieber ganz pragmatisch an, wie Burnoutprävention im echten Familienalltag funktioniert.



ein Seminar mit
Tanja Haarlammert
von

Ich bin **Tanja Haarlammert**. Seit über 20 Jahren schlägt mein Herz für die Erwachsenenbildung. Seit September 2025 verantworte ich den Bereich der Paarseminare bei **team-f** und führe zudem als Seelsorgerin und Burnoutpräventionscoach eine eigene Beratungspraxis in Berlin. Als vierfache Mutter weiß ich genau, wie herausfordernd die Balance des Alltags sein kann. Mit einer Mischung aus fundierter Fachkompetenz und echter Lebenserfahrung begleite ich Menschen dabei, Überlastungen rechtzeitig zu erkennen und kraftvoll gegenzusteuern.



Anmeldung & Kontakt

9 weitere Angebote anschauen



www.eghn.de



yossi.troeger@eghn.de



+49 1515 9848 057



Yossi Tröger



scannen oder klicken

Woche für seelische Gesundheit

10 Angebote vom 09.-20.10.26

Eine Aktionswoche von

MENSCH:SEIN
Initiative für gelebte Seelsorge des EGHN


Evangelischer
Gemeinschaftsverband
Hessen-Nassau



Aktionsbündnis
Seelische Gesundheit

Woche für seelische Gesundheit

Eine Aktionswoche von

10 Angebote vom 09.-20.10.26

MENSCH:SEIN
Initiative für gelebte Seelsorge des EGHN



Thema	Datum	Referent / Ort / Zeit
Seelsorgekolleg: Persönlichkeitsstrukturen, Rollen & Erwartungen (für Seelsorgende mit Grundkenntnisse)	09.-11.10.26	mit Marion Siebert, Frauke & Reinhard Baum 34626 Neukirchen Fr. 18 – So. 13 Uhr
Seelische Gesundheit für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz	12.10.26	mit Stefan Piechottka - Goldzeit Online 19-20 Uhr
Bibliolog – „Immer ich?“ Biblische Erzählungen verbinden sich mit der eigenen Lebenswelt	13.10.26	mit Renate Flohrschütz & Anette Schmidt 36272 Niederaula 19:30-21 Uhr
Mediennutzung & mentale Gesundheit: Zusammenhänge verstehen, bewusst handeln.	14.10.26	mit Manuel Sept Online 19:30-20:30 Uhr
Kein Add-On-Programm, sondern Kultur & Klima: Mentale Gesundheit gemeinsam gestalten	15.10.26	mit Heiko Kienbaum & Rahel Schrameyer - Nefesch e.V. Online 19-20:30 Uhr
Aktionstag im Therapiezentrum Bischoff Talks zu: Betroffen oder mitbetroffen von psychischer Krankheit	16.10.26	mit Ruth Bär Aktionstag 10-16 Uhr 34626 Neukirchen Talks um 11-11:30 Uhr & 14-14:30 Uhr
Wo finde ich Halt? Die Gottesbeziehung als mögliche Ressource erfahren. Geistlich-seelsorgerliche Übungen.	17.10.26	mit Cordula Odin-Gebhardt 35085 Ebsdorfergrund 18-21 Uhr
“Sing meine Seele” - ein musikalischer Abend mit einem persönlichen Dialog zu psychischer Gesundheit	18.10.26	mit Anika Kissner 63505 Langenselbold 18-19:15 Uhr
Körperliche Zusammenhänge psychischer Erkrankungen	19.10.26	mit Dr. med. Bettina Wurm Online 19-20 Uhr
Akku laden im Alltagschaos Burnout Prävention für Mütter und Väter	20.10.26	mit Tanja Haarlammert von Team F Online 20-21:30 Uhr

Alle Angebote (außer Nr. 1) sind kostenfrei

Weitere Infos, Anmeldung & Kontakt:



scannen oder klicken



www.eghn.de



yossi.troeger@eghn.de



+49 1515 9848 057



Yossi Tröger

Leiter der Seelsorgearbeit im EGHN