



Elternberatungszentrum **EBZ** Liezen

Infoveranstaltung in St. Gallen

In einer gemütlichen Atmosphäre werden Informationen an Schwangere, Eltern/ Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr weitergegeben.

Workshop: „Zwischen Windeln und Bedürfnissen – meine Rolle als Frau und Mutter bewusster gestalten.“

Wie geht es mir in meiner Rolle als Mutter und Frau zwischen Care-Arbeit, Haushalt, Partnerschaft und Beruf? Dieser Workshop bietet Zeit zum Nachdenken und Austauschen. Wir schauen gemeinsam, was Kraft kostet, was guttut und was sich verändern darf. Ziel ist es, die eigene Situation klarer zu sehen und bei Bedarf kleine Schritte für mehr Entlastung und Zufriedenheit im Alltag zu finden.



- Referentin:** Anja Pilz-Zeiser, BA MSc (Psychotherapeutin)
- Termin:** 2.6.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
- Ort:** Mehrzwecksaal, Oberer Markt 220, 8933 St.Gallen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.

