

12. Februar 2003

Zeitmanagement-Seminare für Familien

Zur Steigerung der Lebensqualität

Unter dem Motto „Zeit für uns – Zeit für mich“ findet am Sonntag, 16. Februar, von 9 bis 17.30 Uhr in Purkersdorf im Seminardom Wienerwald, Robert Hohenwarther-Gasse 25, ein kostenloses Zeitmanagement-Seminar statt. Im Rahmen der Veranstaltung werden gemeinsam Strategien für ein besseres gegenseitiges Verständnis im familiären Alltag entwickelt. Anhand von erlebnisorientierten Methoden, wie Rollenspielen und Übungen, aber auch mittels moderierten Diskussionen und Brainstormings wird eine gemeinsame Sichtweise der Probleme im Haushaltsalltag erarbeitet.

Die Teilnehmer entwickeln allgemeine Strategien, die auch auf die individuelle familiäre Situation abgestimmt sind. Das dreiköpfige Trainerteam optimiert gemeinsam mit den Teilnehmern die familiäre Arbeitsteilung. Die Kommunikation innerhalb der Familie und die individuellen Kompetenzen der einzelnen Mitglieder werden ebenso analysiert wie die Prioritätensetzung bei der Hausarbeit. Weiters erlernen die Teilnehmer Strategien im Umgang mit Stress und Methoden zum Aufladen der persönlichen Ressourcen. Das Seminar richtet sich an Familien, die gemeinsam ihr Haushaltsmanagement verbessern wollen und auf Offenheit und Spaß Wert legen. Willkommen sind Paare, Vater-Mutter-Kind/er-Familien, Patchwork-Familien und Alleinerzieherinnen. Das Seminar ist so konzipiert, dass Jugendliche ab dem 12. Lebensjahr an allen Modulen teilnehmen können.

Nähere Informationen und Anmeldung: Trimedia Communications Austria, Ingrid Spöck, Telefon 01/524 43 00-0, e-mail office@trimedia.at.

Zu diesem Artikel gibt es eine unterstützende Audiodatei. Diese ist zum Download nicht mehr verfügbar. Bitte wenden Sie sich an: presse@noel.gv.at