

**Gemeinde Ahneby**

**Herinrich Iversen**

Dorfstraße, 24996 Ahneby

<https://www.ahneby.de>

[info@ahneby.de](mailto:info@ahneby.de)

Druckdatum: 12.07.2025 13:50 Uhr



## **Wer bin ich? Und wenn ja, wie viele? - Ein bewegter Workshop für Mütter**



**Datum:**

Montag 22.08.2022, 10:00 Uhr - 12:00 Uhr

**Adresse:**

Parkplatz Strand Falshöft, 24395 Nieby

**E-Mail:**

[julia@familywithlove.de](mailto:julia@familywithlove.de)

**Link:**

<https://familywithlove.de/workshops/>

**Beschreibung:**

Im Alltag erfüllen (berufstätige) Mütter viele verschiedene Rollen, denen sie sich aber nur teilweise bewusst sind. Häufig bringen diese Rollen viele unterschiedliche und teilweise unausgesprochenen Erwartungen mit sich, die dann wiederum einen riesigen Berg an alltäglichen Aufgaben und jede Menge Stress produzieren.

In diesem bewegten Workshop wollen wir uns Zeit nehmen, um unseren unterschiedlichen Rollen bewusst zu begegnen, die damit verbundenen Anforderungen zu reflektieren und uns selbst besser kennen zu lernen.

Wir spazieren in entspanntem Tempo am Strand von Falshöft entlang, legen zwischendurch kleine Pausen für Gesprächsimpulse ein, kommen in Kontakt mit uns selbst und in den Austausch mit anderen Teilnehmerinnen.

---

Datum: 22. August 2022, 10 – 12 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Strand Falshöft

Mitbringen: Verpflegung, Wasser, Sonnenschutz, wettergerechte Kleidung, barfuß oder sandtaugliches Schuhwerk

Eine verbindliche Anmeldung per Email an [julia@familywithlove.de](mailto:julia@familywithlove.de) bis zum 20.08.2022 ist unbedingt erforderlich!

Der Workshop findet mit mindestens 4 Teilnehmerinnen statt.

**Preis:**

25 €

**Veranstalter:**

Julia Otterbein - Sozialpädagogin & Selbstfürsorge-Coach

**Karte:**

<https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=54.770466,9.961258599999999>