

**GLEICHSTELLUNG**

# Unsichtbarer Stress

**Online-Vortrag**



**MENTAL  
LOAD**

**RHEIN SIEG  
KREIS**



## **Führen Sie ein erfolgreiches kleines Familienunternehmen?**

Häufig sind es die Frauen, die an alles denken müssen, damit der Familienbetrieb reibungslos läuft. Dieses „Solo-Management“ bedeutet, dass immer wieder neue, unsichtbare To-do-Listen im Kopf herumschwirren, die zur mentalen Belastung werden. Mental Load nennt man das. Neben mentaler Überlastung führt dies auch zu finanziellen Nachteilen, verhindert Erholung und Selbstfürsorge und hat massive Auswirkungen auf das Berufsleben.

## **„Mental Load - Unsichtbarer Stress? - Familienmanagement fair teilen!“**

kann eine Lösung sein.

Wir laden Sie ein zum Online-Vortrag der Autorin Laura Fröhlich am Freitag, 25. Juni 2021, 17:00 - 18:30 Uhr

Alle weiteren Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie unter [rhein-sieg-kreis.de/mental-load](https://rhein-sieg-kreis.de/mental-load).

Rhein-Sieg-Kreis | Der Landrat  
Gleichstellungsbeauftragte  
Kaiser-Wilhelm-Platz 1 | 53721 Siegburg  
Telefon 02241 13-2172