



 VEREIN  
FRAUEN FÜR FRAUEN  
BURGENLAND

Marktplatz 9/4  
7540 Güssing  
03322 43 001

[gussing@frauenberatung-burgenland.at](mailto:gussing@frauenberatung-burgenland.at)  
[www.frauenberatung-burgenland.at](http://www.frauenberatung-burgenland.at)



# MENTAL LOAD & gleichberechtigte Elternschaft

Vortrag mit Diskussionsmöglichkeit und Austausch

## DIENSTAG, 17.10.2023

mit DSP<sup>in</sup> **BARBARA SCHRAMMEL**, MSc, Psychotherapeutin (Psychodrama),  
Sozialpädagogin und feministische Beraterin bei  
FRAUEN\*BERATEN FRAUEN\* und in eigener Praxis tätig

und **LENA NEUBER**, MSc, Psychologin, feministische Beraterin bei  
FRAUEN\*BERATEN FRAUEN\*

**MENTAL LOAD** meint die unsichtbaren Aufgaben im Unternehmen „Familie“, welche meist auf den Schultern der Frau\* allein lasten. Es bezeichnet das Denken daran, Planen, Organisieren und Umsetzen der vielen kleinen und großen Dinge, die zur Haushalts- und Care-Arbeit gehören und für die sich Frauen\* oft automatisch verantwortlich fühlen. Verstärkt wird dieses Ungleichgewicht mit der Geburt eines Kindes, aber auch Frauen\* ohne Kinder erleben diese mentale Überlastung des sich ständig verantwortlich Fühlens und der 1.000 To-Do's im Kopf.

Es ist kein persönliches Versagen von Frauen\*, dass alles nicht zu schaffen. Es ist ein strukturelles Problem, welches Frauen\* belastet und zu Erschöpfungszuständen führen kann.

Anmeldung unter 03322 / 43001 oder

[gussing@frauenberatung-burgenland.at](mailto:gussing@frauenberatung-burgenland.at) erbeten!



 Bundeskanzleramt

**Begrenzte Teilnehmerinnenanzahl!**

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz



17. OKTOBER 2023

17:00 - 19:00 UHR

FRAUENBERATUNG  
GÜSSING

MARKTPLATZ 9/4  
7540 GÜSSING

KOSTENLOS

ANMELDUNG  
ERFORDERLICH!

