

Tag der Bäuerin im Gebiet Litschau

9.30 Uhr LQB Vortrag: Die Kraft der Leichtigkeit

Der Alltag vieler Bäuerinnen ist geprägt von Mehrfachrollen und hoher Verantwortung: Hof, Familie, Kinder und oft zusätzlich ein weiterer Beruf. Freizeit ist schwer planbar, Belastungen entstehen nicht nur punktuell, sondern begleiten oft den gesamten Alltag.

In diesem Vortrag geht es darum, Wege zu finden, trotz dieser Herausforderungen mehr innere Leichtigkeit zu erleben und die eigenen Bedürfnisse bewusster wahrzunehmen, gesunde Grenzen zu setzen und mental entlastender mit Druck und Erwartungen umgehen zu können.

Neben diesem Vortrag gibt es beim Tag der Bäuerin natürlich auch weitere aktuelle Informationen und Vorträge!

Information

Kursdauer:	5 Einheiten
Kursbeitrag:	Bildungsförderung LE 23-27
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität, Tag der Bäuerin
Zielgruppe:	Bäuerinnen, Interessierte Personen

Verfügbare Termine

12.02.2027 09:00, Eisgarn

Ort	Eisgarn
Beginn	12.02.2027 09:00
Ende	12.02.2027 13:00
Örtlichkeit	Gasthaus zur Post, Hauptstraße 30, 3862 Eisgarn
Information	Karin Kainz, bauernhof-kainz@aon.at, Keine Anmeldung erforderlich!
Kursnummer	3-0097699
Trainer:in	Katharina Mühl
Veranstalter	LFI Niederösterreich
Termin 1	12.02.2027, 09:30 - 11:30 Uhr