



# DIE BALANCE ZWISCHEN HOMEOFFICE, KINDERERZIEHUNG UND BETREUUNG

In der heutigen sich wandelnden Arbeitswelt, in der das Homeoffice zur Norm geworden ist, entdecken Sie Strategien, um die Verantwortlichkeiten des Remote-Arbeitens, der Kindererziehung und Betreuung erfolgreich zu meistern.



## TIPPS FÜR DIE BEWÄLTIGUNG VON REMOTE-ARBEIT MIT KINDERN:

- Einen dedizierten Arbeitsbereich einrichten
- Familienzeiten blockieren
- Grundregeln festlegen
- Zeitpläne synchronisieren
- Kinder bei geeigneten Gelegenheiten in die Arbeit einbeziehen



## Vorteile des Arbeitens von Zuhause mit Kindern:

- Mehr Flexibilität
- Reduzierter Pendelstress
- Bessere Wohnumgebung
- Verbesserte Work-Life-Integration
- Reisefreiheit

## Herausforderungen des Arbeitens von Zuhause mit Kindern:

- Burnout-Bedenken
- Balance zwischen Arbeit und Familie
- Videokonferenzmüdigkeit
- Verschwommene Grenzen



## Betreuungsmöglichkeiten und Überlegungen:

- Balance und Grenzen aufrechterhalten
- Positive Gewohnheiten vorleben
- Effektive Kommunikation



Co-funded by  
the European Union



Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.