Hinweise und Mitteilungen der Verwaltung für die Presse

Issum, 20.10.2026

Laura Fröhlich mit „Ich bin nicht eure Feelgood-Managerin“

Lesung im Bürgerhaus Sevelen

Die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Issum lädt am 27. Januar 2027 zu einer Lesung im Bürgerhaus mit Laura Fröhlich ein.

Nach ihren erfolgreichen Veröffentlichungen widmet sich Laura Fröhlich in ihrem neuen Buch **„Ich bin nicht eure Feelgood-Managerin. Endlich aufhören, sich für die Gefühle anderer verantwortlich zu fühlen“** einem Thema, das viele Frauen aus ihrem Alltag kennen. Frauen kümmern sich nicht nur um ihre eigenen Aufgaben, sondern auch um die Gefühle und Bedürfnisse anderer. Sie sorgen für gute Stimmung, hören zu, vermitteln in schwierigen Situationen und versuchen, es allen recht zu machen. Diese zusätzliche emotionale Belastung kann auf Dauer erschöpfen.

Mit viel Verständnis und konkreten Anregungen zeigt Laura Fröhlich, wie Frauen aus der sogenannten Feelgood-Falle herausfinden können. Sie macht Mut Grenzen zu setzen, Erwartungen zu hinterfragen und Verantwortung dorthin zurückzugeben, wo sie hingehört. Dabei geht es um die Frage: Wie kann es gelingen, stärker auf die eigenen Bedürfnisse zu achten und auch einmal klar „Nein“ zu sagen?

Laura Fröhlich ist Buchautorin, Journalistin und Expertin für Mental Load. Sie hat Deutsche Literatur in Konstanz und Wien studiert und lebt mit ihrem Mann und ihren drei Kindern in Süddeutschland. In ihrem beliebten Blog **„Heute ist Musik“** beschäftigt sie sich mit der mentalen Belastung von Müttern und Frauen. Außerdem gibt sie Workshops, Online-Seminare und Vorträge zu diesem Thema.

Die Veranstaltung findet am 27. Januar 2027 um 18.30 Uhr im Bürgerhaus in Sevelen statt. Der Einlass beginnt um 18.00 Uhr. Der Eintritt kostet 10 Euro. Karten sind über Pretix erhältlich.

Mit freundlichen Grüßen

Gemeinde Issum
Der Bürgermeister
Alexander Alberts

Gemeinde Issum – Der Bürgermeister – Herrlichkeit 7 - 9, 47661 Issum
Telefon: 02835-1047, Telefax: 02835-1010, E-Mail: info@issum.de