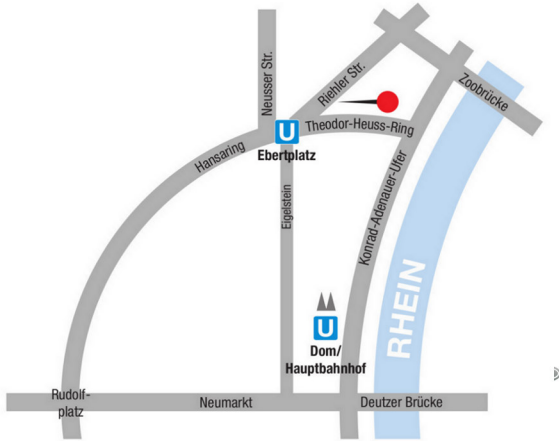


Wann?

Jeden Dienstag, 11.30-13.00 Uhr
(Nicht in den Ferien)

Wo?

In der Stiftung Leuchtfleur
Nähe U-Bahn-Haltestelle Ebertplatz



Sie haben Fragen oder möchten sich anmelden?

Schicken Sie mir gerne eine Mail oder rufen mich an:

Frau Mi So Park
0159 04349767
mpark@stiftung-leuchtfleur.de



NETZ | WERK

RESSOURCEN STÄRKEN!

Eine offene Gruppe für
Eltern mit psychischen
Belastungen

Stiftung Leuchtfleur

Gemeinnützige Stiftung zur Förderung von Bildung, Ausbildung,
Erziehung und Rehabilitation

Riehler Str. 6, 50668 Köln
fon 0221 9233993, fax 0221 9233279
www.stiftung-leuchtfleur.de

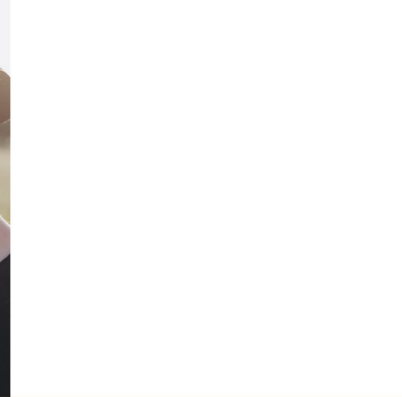
Wir sind im Auftrag des Gesundheitsamts der Stadt Köln tätig.





Neues sehen und ausprobieren!

- Fühlen Sie sich psychisch belastet?
- Wünschen Sie sich Kontakt zu anderen Eltern?
- Möchten Sie neue Strategien erlernen, um den alltäglichen Eltern-Stress besser zu bewältigen?



Unser Angebot für Sie:

- Ein Ort für Austausch von eigenen Erfahrungen und Herausforderungen
- Gemeinsam mit anderen Eltern im geschützten Raum lernen und üben
- Gruppenthemen: Selbst- und Fremdwahrnehmung, Umgang mit Gefühlen, Stressbewältigung, soziales Netzwerk.

- Humorvoller Umgang erleichtert das gemeinsame Lernen.
- Kostenfreie Teilnahme.
- Elterngruppe wird von einer Gruppenleitung moderiert
- Schweigepflicht und Datenschutz ist für uns selbstverständlich!

Übrigens:

- Ihr Partner oder Partnerin ist uns herzlich willkommen!
- Begleitende Einzelgespräche sind möglich!

Wir freuen uns auf Sie!

