

Themenabende

im Mädchen- und Frauenzentrum Garbsen e.V.

Werte und Rituale

Mit welchen Werten sind Sie groß geworden und welche Werte leben Sie heute? Wie vermitteln Sie Ihren Kindern Werte und wie wichtig ist dabei die Vorbildfunktion?

Montag, 23.01.2017, 19.00 - 20.30 Uhr
Frau Katiofsky, Mädchen- und Frauenzentrum Garbsen

Rechtliche Fragen bei Trennung und Scheidung

Eine Trennung ist immer ein schwieriger Prozess, verbunden mit Unsicherheiten und Ängsten. An diesem Abend informiert Sie eine Rechtsanwältin zu rechtlichen Fragen und aktuellen Problemen im Bereich Sorge - und Unterhalt.

Montag, 06.02.2017, 19.00 - 20.30
Rechtsanwältin Frau Salchow

Vom Problem zur Lösung

Bei dem Versuch, Probleme zu lösen, steht dem Denken und Fühlen das Problem im Weg. Mit einem kleinen Dreh im Denken lernen Sie eine andere Herangehensweise kennen und kommen der Lösung auf die Spur.

Montag, 20.03.2017, 19.00—20.30 Uhr
Frau Janisch, Frauenzentrum Ronnenberg

Achtsamkeit

Was ist Achtsamkeit und wie hilft sie, mit stressigen oder belastenden Situationen umzugehen. Erlernen Sie Achtsamkeitstechniken und deren Wirkung auf Konzentration und Gelassenheit.

Montag, 24.04.2017, 19.00 - 20.30 Uhr
Frau Weber, Mädchen- und Frauenzentrum Garbsen

Erziehung - Wege aus der Brüllfalle

Wie können sich Eltern durchsetzen und wie können Konflikte bewältigt werden, ohne zu Brüllen und ohne Androhung von Strafen. Sie sehen einen Film zum Thema, der Informationen und Anregungen zum anschließenden Erfahrungsaustausch liefert.

Montag, 29.05.2017, 19.00 - 20.30 Uhr
Frau Katiofsky, Mädchen- und Frauenzentrum Garbsen

Anmeldungen und Informationen unter:



Mädchen- und Frauenzentrum
Garbsen e.V.

Planetenring 10, 30823 Garbsen

www.frauenzentrum-garbsen.de

Tel. 05137/ 12 22 21



Niedersächsisches Landesamt für
Soziales, Jugend und Familie