

# Starke Eltern - starke Kinder ein Kurs für Mütter

Selbstwert-  
gefühl

Kommuni-  
kation

Verständ-  
nis

Neue Wege

Konflikte  
bewältigen

Kinder verantwortungs- und liebevoll zu erziehen ist eine wunderbare Aufgabe - aber auch eine echte Herausforderung!

Eltern benötigen Anregungen, Entlastung und Sicherheit im Umgang mit ihren Kindern. Unter dem Motto "Starke Eltern - Starke Kinder®" zeigen wir Auswege aus eingefahrenen Verhaltensmustern.

Nutzen Sie die Zeit um aufzutanken und durchzuatmen. Tauschen Sie sich mit anderen Müttern aus und finden Sie gemeinsam Lösungen, um dem Familienleben wieder mit mehr Kraft begegnen zu können.

**8 Termine, wöchentlich, jeweils 2 Stunden**

**Kosten: 20 Euro, incl. Pausensnack**

**Beginn der nächsten Kurse:**

**Donnerstag, 20.9.2018, 9.30 - 11.30 Uhr**  
(abgestimmt auf die Bedürfnisse alleinerziehender Frauen)

**Mittwoch, 17.10.18, 18.30 - 20.30**

**Anmeldung erforderlich**

Förderung durch:



Niedersächsisches Landesamt für  
Soziales, Jugend und Familie

**Mädchen- und Frauenzentrum Garbsen e.V.**

**Planetenring 10, 30823 Garbsen**

**Tel. 05137/ 12 22 21**

**info@frauenzentrum-garbsen.de**

**www.frauenzentrum-garbsen.de**