



17.04., 24.04., 15.05., 22.05.
9.00 - 11.00 Uhr
VHS, Albstadt
Das Angebot ist kostenfrei.
Auch späteres Dazustoßen ist möglich.

Herzliche Einladung!

Nähere Info's und Anmeldung gerne bei:
Susanne Kopp,
Dipl. Sozialarbeiterin,
Koordination „Erwachsenen- & Familienbildung“ im Haus Nazareth

„Resilienz- & Glückswerkstatt“ Elternreihe für Balance und Stärke

Im Mittelpunkt der gemeinsamen Treffen steht die Frage, was dem Leben Erfüllung und Tiefe gibt und was wir Eltern und unsere Kinder brauchen, um die vielfältigen Herausforderungen des Alltags positiv zu meistern.

- Was macht stark fürs Leben?
- Wie entwickeln wir „Trotzkraft“?
- Welche Ressourcen und Lebensquellen haben wir?
- Welche Erkenntnisse aus der Resilienzforschung, der Positiven Psychologie und Glücksforschung können wir nutzen?
- Was hilft im Alltag, sich auf Stärkendes zu fokussieren?

Mit thematischen Impulsen, Gesprächen, Oasenmomenten und praktischen Tipps gestärkt für den Alltag.

Susanne.Kopp@haus-nazareth-sig.de

0176/63401380

 erwachsenen_familienbildung_hn

