

**Herausgefordert?  
Bereit etwas Neues zu probieren?**



**Mina – Elterntraining**

## Wie kann uns das Leben als Familie gelingen?

Unterstützung und Stärkung für Eltern im Umgang mit Stress, Überlastung und Konflikten.

Wir nehmen uns Zeit für Selbstwahrnehmung und Perspektivwechsel. Dabei vermitteln wir Wissen über die kindlichen Entwicklungsschritte und üben Techniken zur Stressbewältigung.

Die Gruppe wird von Familientherapeutinnen geleitet. Bei Bedarf gibt es eine Kinderbetreuung. Teilnehmen können Eltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr.

Wann? **mittwochs 15 - 17 Uhr**

Wo? **Juliusstr. 71, 12051 Berlin**

(U- Bhf. Grenzallee U7, Räume der Familiengruppe Mara)

Für Fragen und Anmeldungen (kostenfrei):

Telefon **030 - 68 08 45 69** (Familiengruppe Mara) oder

E-Mail **familiengruppe@stuetzrad.de**

Dies ist ein Angebot der Frühen Hilfen in Neukölln.

Weitere Angebote:



*Gefördert durch:*



Bundesstiftung  
Frühe Hilfen



Gefördert von:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

