

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

Ein Angebot von
Frühe Hilfen.



Mina – Elterntraining

Wie kann uns das Leben als Familie gelingen?

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

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

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**

***Tipp:** Weitere Frühe
Hilfen Angebote:*



Bundesstiftung
Frühe Hilfen



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

