

STÄRKENDE GRUPPE FÜR PSYCHISCH UND/ ODER SUCHTBELASTETE ELTERN

Elterngruppe alle 2 Wochen (am 1. und 3. Montag jeden Monats) in einer Gruppe von bis zu 10 Teilnehmern

Ziele der Gruppe:

- gegenseitige Unterstützung in einem geschützten Rahmen
- Entlastung und neue Perspektiven erhalten
- Fachlicher Input zu Themen wie Stressbewältigung, Umgang mit schwierigen Situationen und eigenen Gefühlen, Selbstfürsorge und noch viel mehr

Termine jeweils am 1. und 3. Montag im Monat von 09:30 bis 11:30 Uhr

Die Gruppe wird begleitet durch **Christina Pucks** (Diplom-Pädagogin, systemische Familientherapeutin) und **Sabrina Sandfuchs** (M. Sc. Psychologin, Kinder- und Jugendpsychotherapeutin)

Ort:

Balance Erziehungs- und Familienberatungsstelle
Kapitelstr. 30,
41460 Neuss



Das Angebot ist kostenfrei.

Vorgespräch erforderlich

Aufwind

Anmeldung über das Sekretariat der Erziehungs- und Familienberatungsstelle balance - Telefon **02131 36928-30**, E-Mail **balance@caritas-neuss.de**



Caritas
im Rhein-Kreis Neuss