

BESTÄRKUNGSWORKSHOP

für Alleinerziehende Mütter

Im geschützten Rahmen können 8 Mütter in praxisorientierten Übungseinheiten ihre Stressbewältigungs-Skills erweitern. Darüber hinaus liegt der Fokus auf der Förderung der individuellen Resilienz. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit Methoden aus dem Bereich der Selbstfürsorge und Achtsamkeit zu erlernen und anzuwenden.



7.3./21.3./4.4.
16.5./30.5./13.6.
16 - 17:40 Uhr



Vamv Hannover
Philipsbornstr.28
30165 Hannover



Fragen? 0511/391129

Anmeldung unter:
veranstaltungen@vamv-hannover.de



Hannah Berger

Psychologin (M.Sc.)
Systemische Therapeutin (SG)

DAS KIND IM BLICK NACH EINER TRENNUNG

Für Alleinerziehende und Getrennterziehende Elternteile

Dieser Digital - Workshop richtet sich an 16 Mütter und Väter, die sich kindorientiert mit dem Trennungsprozess auseinandersetzen möchten. Im Fokus stehen hier die Themen bedürfnisorientierte Kommunikation mit Kindern, Unterstützung von Kindern in ihren Bewältigungsprozessen im Rahmen von Trennung und Verlust sowie Möglichkeiten der Selbstwertstärkung von Kindern.



**12.6./10.7./11.9/
9.10./13.11./11.12.**
(20-21 Uhr)



digital



Inke Hummel

**Pädagogin und Germanistin M.A.,
Autorin und Familienberaterin**

STARKE ELTERN- STARKE KINDER

Für Alleinerziehende und Getrennterziehende Elternteile

Der Hybrid - Workshop „Starke Eltern-Starke Kinder“ bietet 10 alleinerziehenden Elternteilen die Möglichkeit sich in praxisorientierten Einheiten aktiv und begleitend mit dem Modell der anleitenden Erziehung auseinandersetzen und im Familienalltag zu erproben.



**1.10./ 8.10./29.10./
5.11./12.11./19.11.
(10-12 Uhr)**



**Vamv Hannover
Philipsbornstr.28
30165 Hannover
oder digital**



Alexandra von Garmissen

Pädagogin und Supervisorin