

HERAUSFORDERNDE ELTERN-ZEITEN LEICHTER MEISTERN

Interaktive Abende für Väter und Mütter mit Impulsvortrag und Tools für den Alltag

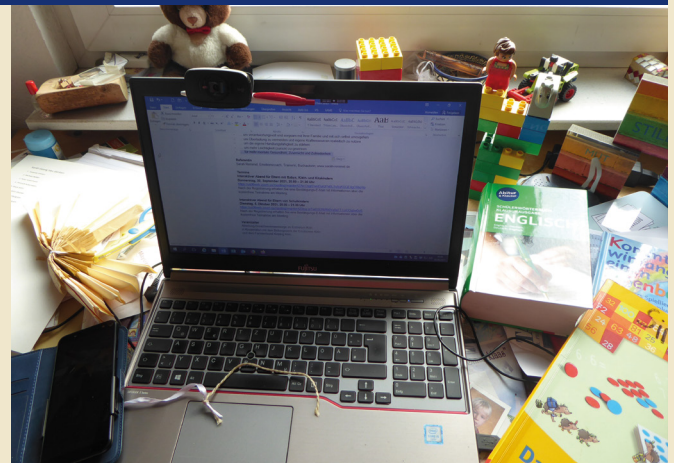
Sie erfahren als Mutter oder Vater, wie Sie trotz Anspannung, Stress und Sorgen zuversichtlich bleiben.

Ein Seminar-Abend bietet Ihnen Hilfestellungen ... :

- ... um verantwortungsvoll und sorgsam mit Ihrer Familie und mit sich selbst umzugehen
- ... um Überlastung zu vermeiden und eigene Kraftressourcen realistisch zu nutzen
- ... um die eigene Handlungsfähigkeit zu stärken
- ... um mehr Leichtigkeit (zurück)zugewinnen
- ... für mehr mentale Gesundheit, Zuversicht und Zufriedenheit

REFERENTIN

Sarah Rimmel, Emotionscoach, Trainerin, Buchautorin; www.sarah-rimmel.de



TERMINE

❖ Interaktiver Abend für Eltern mit
Babys, Klein- und Kitakindern

**DONNERSTAG, 30. SEPTEMBER 2021,
20.00 – 21.30 UHR**

❖ Interaktiver Abend für Eltern
von Schulkindern

**DIENSTAG, 5. OKTOBER 2021,
20.00 – 21.30 UHR**

ANMELDUNG:
www.zusammenfamilie.de



VERANSTALTER

Abteilung Erwachsenenseelsorge im Erzbistum Köln
in Kooperation mit dem Bildungswerk der Erzdiözese Köln,
dem Familienbund Kolping Köln,
dem Diözesan-Caritasverband für die Erzdiözese Köln e.V.,
der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Köln
und dem kfd-Diözesanverband Köln



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS
DIÖZESANVERBAND
KÖLN E. V.



BILDUNGSWERK
DER ERZDIOZESE KÖLN



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung