

Elternabend

Stressbewältigung mit Humor

Der Morgen besteht aus Streitereien mit dem Teenager? Am Nachmittag diskutieren Sie mit dem Schulkind, weil Hausaufgaben erledigt werden müssen und Sie ganz nebenbei noch das Lieblingsessen zubereiten wollen. Fühlen Sie sich manchmal von Ihrem Familienalltag gestresst?

Wie können Sie diesen Stresssituationen im Familienalltag mit Gelassenheit und Humor begegnen?

Antworten auf diese und weitere Fragen bekommen Sie in einem ca. 90 minütigen Vortrag.

Wer spricht: Katja Hesse
www.seelenfluesterei.de

Inhalte:

- Humor als Stressbremse
- Hintergründe zu Stress und Humor
- Praktische Tipps & Techniken für mehr Gelassenheit
- Das Geheimnis der Selbstfürsorge
- Fragerunde und Austausch

Donnerstag, 06.02.2025
Von 18:00 bis 20:00 Uhr
Aula, Wilhelm-Hauff-Grundschule



Anmeldung bis 31.01.25:
Frau Brachvogel,
0176 804 634 78
sozial-whgs@dksb-leipzig.de

SCAN ME



Wenn Sie weitere Unterstützung oder Kinderbetreuung benötigen, sagen Sie es uns. If you need help for translation, please ask us.

Ein Angebot der Schulsozialarbeit



Der Kinderschutzbund
Ortsverband Leipzig