**Mit Herausforderungen in der Familie gelassen umgehen**

Unterstützungsgruppe in Corona-Zeiten und darüber hinaus

Familienleben ist sowieso und an sich herausfordernd, mal schön, mal nervig, mal leicht und auch anstrengend. Zeitdruck, Haushalt, Homeoffice und jetzt auch noch Homeschooling bringen uns an unsere Grenzen. Manchmal schreien wir los, manchmal schaffen wir es vorher noch zu atmen, manchmal schimpfen wir in Worten, die wir aus unserem Mund eigentlich nie hören wollten.

Dieser OnlineMeetingRaum für Eltern ist ein Geschenk an mich und dich

(und alle in der Familie, die sich nach Austausch und Verbindung sehnen)

 gibt Zeit zur Begegnung mit uns selbst und Menschen in ähnlichen Herausforderungen

 lässt uns Innehalten und miteinander empathisch in Austausch kommen

 schenkt uns Zeit zur inneren Klärung

 erlaubt uns mit unseren Bedürfnissen in Verbindung zu gehen

Dieser Raum ist strukturiert

 Stille - spüren

 Wie geht es mir gerade?

 Was brauche ich gerade?

 Empathische Verbindung - manchmal in Kleingruppen

 Was nehme ich für mich mit?

Sei herzlich willkommen!

Wenn du dabei sein willst, klicke ab 19.50 Uhr am Mittwoch Abend (6.5.) auf diesen Link und du wirst zum Zoom-Raum weiter geleitet.