



Frau Sucht Zukunft
StoffBruch

STARK

- ein Angebot für Mütter*



FrauSuchtZukunft e.V.

Friedrichstr. 231, 10969 Berlin, 2 HH, 2. OG rechts

Fon: 030- 282 41 38 | Fax: 030- 282 86 65

Anmeldung bei stoffbruch@frausuchtzukunft.de

www.facebook.com/FrauSuchtZukunft/

www.instagram.com/FrauSuchtZukunft/

www.twitter.com/FrauSuchtZukunft/

www.frausuchtzukunft.de

STARK - ein Angebot für Mütter*

Das offene, interkulturelle und themenbezogene Gruppenangebot „STARK“ richtet sich an Mütter*, die sich im Rahmen ihrer Suchtbewältigung Zeit für ihre Gefühle nehmen wollen, den Mut finden wollen, neue Wege zu gehen und lernen wollen, diese in ihrem Alltag umzusetzen. In der Gruppe werden wir Ideen entwickeln, wie das eigene Leben selbstbestimmter, strukturierter, gesünder und angenehmer werden kann. Durch positives Denken und Selbstmotivation (lernen wie ich selbst Kraft finde/aufbaue) und durch interaktive (miteinander entwickelte) Methoden – „STARK“ werden.

Die Schwerpunkte des STARK Angebotes sind

- Seelische und körperliche Gesundheit für mehr Selbstfürsorge stärken
- Umgang mit Sucht und Probleme in der Familie (die Sicht des Kindes)
- Die Auswirkungen der Suchterkrankung auf Kinder besser verstehen
- Bedürfnisse von Kindern kennen und erfüllen lernen
- Möglichkeiten kennen, um die Kommunikation in der Familie zu verbessern
- Grenzen setzen (Abgrenzung lernen)
- Positive Ziele für die Zukunft finden
- Erfahrungen mit anderen Müttern* austauschen

Zeiten

Die aktuellen Termine und Uhrzeiten finden Sie auf unserer Webseite.

Anmeldung

Fon: 030 - 285 994 52

E-Mail: stoffbruch@frausuchtzukunft.de