



Frau Sucht Zukunft
StoffBruch

STARK

ein Gruppenangebot für Mütter, trans*,
inter* und nicht-binäre Elternteile



www.frausuchtzukunft.de

STARK

Das Gruppeangebot ist offen, interkulturell, themenbezogen und in leichter Sprache.

Über welche Themen werden wir sprechen:

- Wie fühlen sich Kinder, wenn ein Elternteil konsumiert und wie sprechen wir darüber?
- Welche Bedürfnisse haben Kinder und wie können diese erfüllt werden?
- Welche Gefühle habe ich und warum?
- Gibt es andere Eltern, denen es auch so geht?
- Wie sieht mein Alltag aus, was kann ich anders machen?
- Wie Sorge ich für mich und meine Kinder gut?
- Wie kann ich mir selbst und anderen Grenzen setzen?
- Wie kann ich selbstbestimmter, unabhängiger, strukturierter und gesünder leben?
- Wie kann ich die Ziele, die ich habe, umsetzen?
- Wo finde ich weitere Hilfsangebote?

Wann:

Jeden Dienstag 10:00 Uhr – 12:00 Uhr in Präsenz

Anmeldung:

Fon: 030 - 285 994 52

E-Mail: stoffbruch@frausuchtzukunft.de

Adresse:

StoffBruch

Friedrichstr. 231, 10969 Berlin

2 HH, 2. OG rechts