

# Ressourcen stärken – Kraft tanken

Ein Gruppenprogramm für stark belastete und psychisch erkrankte Eltern

Mit Kindern ist es nicht immer einfach, den Alltag zu meistern.

Es können sehr stressige Situationen entstehen, die uns bisweilen überfordern. Wenn sie sich selber stark belastet fühlen oder bei Ihnen eine psychische Erkrankung diagnostiziert wurde, laden wir Sie herzlich ein, an unserer Gruppe teilzunehmen.

Wenn Sie Interesse an der Teilnahme der Gruppe oder noch Fragen zu unserem Angebot haben, melden Sie sich gerne unter:

Tel: 0551 - 4004927 ( Sekretariat )  
oder bei Frau Schute: [m.schute@goettingen.de](mailto:m.schute@goettingen.de)  
oder bei Frau Brix: [g.brix@goettingen.de](mailto:g.brix@goettingen.de)

**Wann** Jeweils Freitag von 09.30 - 11:00 Uhr  
ab dem 17. September 2021

**Wie oft** 12 Sitzungen

**Wer** 6-8 Mütter und Väter, die (mindestens)  
ein Kind zwischen 0 und 7 Jahre haben

**Kosten** Das Angebot ist kostenlos

**Wir freuen uns auf Sie!**

Die Gruppe kann Ihnen helfen ...

- Ihr Kind besser verstehen zu lernen.
- mit ihren Gefühlen umgehen zu lernen.
- stressige Alltagssituationen zu meistern.
- die Entwicklung ihrer Kinder zu fördern.
- Eltern in ähnlichen Situationen kennenzulernen.

**Beratungs- und Therapiezentrum  
für Kinder, Jugendliche und Familien  
(Erziehungsberatungsstelle)**

Danziger Str. 40 | 3. OG | 37083 Göttingen  
[erziehungsberatungsstelle@goettingen.de](mailto:erziehungsberatungsstelle@goettingen.de)  
[goe.de/erziehungsberatung](http://goe.de/erziehungsberatung)

**Sie erreichen uns mit der:**

Buslinie 91/92, Haltestelle Danziger Straße  
Buslinie 21/22, Haltestelle Gothaer Platz



Herausgeber: Stadt Göttingen, Der Oberbürgermeister  
Gestaltung: Ben Brix, Göttingen;  
Foto: Ben Brix, Göttingen;  
Druck: Erziehungsberatungsstelle Göttingen

Ressourcen stärken  
Kraft tanken

Ein Gruppenprogramm für stark belastete  
und psychisch erkrankte Eltern

