



## ***Den Muskel der Zuversicht stärken***

**kreative, traumasensible  
Stärkungsgruppe für Frauen**

ein kostenfreies Angebot von  
**Netzwerk Kreative Stärkung**  
mit freundlicher Unterstützung des  
Familienzentrums KIGA Wolfsburg  
und ISI e.V.

12 Termine, mittwochs 18-20 h  
Kennenlerngespräche nach  
Rücksprache

**Kursstart 03.09.-10.12.2025**  
(ohne 15.10., 22.10. und 26.11.)

**Familienzentrum KIGA  
Wolfsburg  
Wolfsgasse 38b  
53332 Bornheim-Sectem**

Info und Anmeldung bei Saskia  
Parwisi

**Netzwerk Kreative Stärkung**  
Ansprechpartnerin Saskia Parwisi  
0175-201083  
parwisi@kreativ-stark.de  
www.kreativ-stark.de

Besondere  
familiäre Belastungen  
bedürfen  
besonderer  
Stärkung

Wir finden Spielräume für das, was möglich ist: vielleicht braucht es Raum zum Innehalten und Pause machen? Vielleicht eher Ermutigung, um Neues zu wagen oder Lichtblicke für neue Rahmenbedingungen? Vielleicht von Besserem träumen dürfen...? Alles, was guttut und stärkt ist hier willkommen! Wir malen, gestalten und bewegen uns.

Es erwartet Dich

- Kreativer Austausch statt Sprachlosigkeit
- Stärkung des Selbstbewusstseins statt Verunsicherung
- Kontakt und Begegnung statt Vereinsamung
- Vernetzung und Verbindung statt alleiniger Zuständigkeit/Verantwortung
- Innehalten und Pause machen statt ständigem Funktionieren
- Pflege der eigenen Bedürfnisse statt Selbstaufgabe
- Respektvolles Miteinander statt Streit, Ohnmacht, Zerrissenheit

Kenntnisse in kreativen Methoden sind nicht erforderlich!

**Netzwerk Kreative Stärkung**

Ansprechpartnerin Saskia Parwisi

0175-201083

[parwisi@kreativ-stark.de](mailto:parwisi@kreativ-stark.de)

[www.kreativ-stark.de](http://www.kreativ-stark.de)