



Mütter

*me-*time

kostenlose Stärkungsgruppe



Wann?

mittwochs 19-21 Uhr

Start: 23.9.2026 - 16.12.2026 (12 Termine)

Wo?

Praxis Schwarz-Kühle
Am Sändchen 30-34 (Scherer-Passage)
53545 Linz am Rhein

Die Kosten werden getragen von
ISI - Institut für Soziale Innovationen e.V.
Diese Gruppe ist Teil eines Angebotes des
Netzwerk Kreative Stärkung



Mütter

me-time



Du suchst als Mutter Stärkung, Verständnis, Ruhe, Erholung und Austausch mit Gleichgesinnten?

Du reagierst auf die Anforderungen des Alltags und verlierst dabei den Kontakt zu Dir selbst?

Du möchtest wieder neue Kraft schöpfen und Deine Energiereserven aufladen?

Und Du hast Lust auf gute Gespräche in gemütlicher Runde mit anderen Frauen und Müttern?

Dann komm doch vorbei!

Wir arbeiten mit kreativen Ausdrucksmöglichkeiten wie Malen, Gestalten und Tanzen (keine Vorkenntnisse erforderlich) und mit verschiedenen Entspannungsverfahren.

Auch werden wir individuelle (Erziehungs-)Thematiken in kurzen Rollenspielen verdeutlichen und erlebbar machen.



Kursleitung und Anmeldung:

Nadine Schwarz-Kühle

Heilpraktikerin, Dipl. Geogr.,

Kreative Therapie

für Kinder und Jugendliche

Tel.: 0176 50283755

Mail: schwarz-kuehle@posteo.de



Das Angebot ist für Dich kostenlos.