

**Liebe Eltern,**

hiermit laden wir Sie herzlich am

**Mittwoch, den 27. Oktober 2021**

zu unserem Themenabend ein

**„Achtsamkeit  
mit  
Kindern“**

Ort: AWO - Begegnungszentrum,  
Gelsenkirchen, Grenzstr. 47

Zeit: 20:00 Uhr bis ca. 22:00 Uhr

**Nervosität,  
Konzentrationsprobleme,  
Einschlafstörungen**

Alarmglocken, die läuten wenn alles zu viel wird.

Nicht nur Erwachsene, auch Kinder fühlen sich oft überfordert im Alltag. Anhand des Konzeptes der Achtsamkeit beschäftigen wir uns mit einer wissenschaftlich fundierten Methode, diesen Alarmsignalen vorzubeugen.

Wir besprechen kleine Stellschrauben im Familienalltag und lernen Übungen für Groß und Klein kennen.

Dieses probieren wir an dem Abend gleich aus.

Diplom Psychologin Tanja Honka wird wieder diesen Themenabend leiten.

Sie arbeitet als selbstständige Personalberaterin und führt Seminare mit den Themenschwerpunkten Kommunikation, Teamentwicklung und Selbstorganisation durch.

**Anmeldung bis zum 16. 10.2021**

Für **Mitglieder** ist dieser Themenabend **kostenfrei**.

Nichtmitglieder zahlen 10 €.

Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Vereinskonto oder zahlen vor Ort.

Viele Grüße  
*Astrid Grobe*

**Anmeldung**

zum

**Themenabend**

**„Achtsamkeit mit Kindern“**

am 27. Oktober 2021,

20:00 Uhr bis ca. 22:00 Uhr

Ich / Wir nehmen mit

\_\_\_\_\_ Person/en teil.

Name: \_\_\_\_\_

Mitglied \_\_\_/ Nichtmitglied\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Ort / Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

## Veranstalter



Initiative **GELSENKIRCHENER ADOPTIV-  
UND PFLEGEFAMILIEN** e.V.

Sachsenstraße 17, 45888 Gelsenkirchen - Telefon  
0209/142351 – E-Mail: [pflegefamilie\\_ge@yahoo.de](mailto:pflegefamilie_ge@yahoo.de)

Telefon: 0209 / 142351

Postanschrift: Sachsenstr. 17  
45888 Gelsenkirchen

E-Mail: [kontakt@pflegefamilien-ge.de](mailto:kontakt@pflegefamilien-ge.de)

Bankverbindung: Volksbank Ruhr Mitte eG  
IBAN: DE12 4226 0001 0120 0792 00  
BIG: GENODEM1GBU

Internet: [www.pflegefamilien-ge.de](http://www.pflegefamilien-ge.de)

Als Träger der freien Jugendhilfe anerkannt  
Als gemeinnützigen Zwecken dienend vom Finanzamt anerkannt

## Themenabend

### Achtsamkeit mit Kindern



Initiative **GELSENKIRCHENER ADOPTIV-  
UND PFLEGEFAMILIEN** e.V.

INITIATIVE GELSENKIRCHENER  
ADOPTIV- UND PFLEGEFAMILIEN  
Sachsenstr. 17  
45888 Gelsenkirchen

Infos:  
[www.pflegefamilien-ge.de](http://www.pflegefamilien-ge.de)

Anmeldung auch  
per E-Mail möglich:

[kontakt@pflegefamilien-ge.de](mailto:kontakt@pflegefamilien-ge.de)