

# THEMENABEND

gelassen und kraftvoll durch die  
Vorweihnachtszeit

**04.12.2024**

18:00-19.30 Uhr

Alfred-Nobel-Allee 45a  
(Turnhalle Campus II)

## „ALLE JAHRE WIEDER...“

Werden deine Nerven auch jedes Jahr im Dezember besonders auf die Probe gestellt?

Dann sei unbedingt bei diesem Workshop dabei!

Zwei Expertinnen verraten dir einfache Techniken und Strategien, wie du es schaffst, gelassen und kraftvoll durch die Vorweihnachtszeit zu kommen.

Um die schönsten Tage des Jahres mit deiner Familie zu genießen, in dem du mit dir selbst und deinen Kindern in Verbindung bleibst.

Wir freuen uns auf dich



**Steffi Federspiel**  
Eltern- und Familienberaterin



**Sonja Sidoroff**  
Sozialpädagogin (M.A.)  
zert. Inneres Kind Mentorin



JETZT ANMELDEN



[ines.brueck@kinderland-saarlouis.de](mailto:ines.brueck@kinderland-saarlouis.de)

Kinderbetreuung für Familien unserer Einrichtungen möglich. Geben Sie dies bitte bei Ihrer Anmeldung an.

Der Workshop ist eine Zusammenarbeit der Kita Kinderland mit der Volkshochschule Saarouis. Das Projekt 'Elternschule' wird unterstützt durch das Ministerium für Bildung und Kultur des Saarlandes.