

# „Starke Eltern-Starke Kinder<sup>®</sup>“-Kurs für Eltern mit Kindern im Grundschulalter

Eltern sein ist schön, aber manchmal auch ganz schön anstrengend. Man fühlt sich in der Erziehung seiner Kinder teilweise allein gelassen, ist unsicher und glaubt, in anderen Familien klappt alles viel besser.

Dieser Kurs

- stärkt das Selbstbewusstsein von Müttern und Vätern.
- hilft, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern.
  - zeigt Wege, um Konflikte zu lösen.
  - bietet Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Eltern.
- eröffnet Ihnen Chancen, Freiräume für sich selbst zu schaffen und frische Kraft zu tanken.
- informiert über allgemeine Erziehungsthemen und über Kinderrechte.

**donnerstags, 21.09.–07.12. 19.30–21.30 Uhr**  
**10 Kursabende, kostenfrei**

Ein Angebot des

Unterstützungsnetzwerk  
*Süderelbe*



**Elternschule Süderelbe**, Rehrstieg 60, 21147 Hamburg, Tel. 040/796 00 72  
Mail: [Elternschule-Suederelbe@harburg.hamburg.de](mailto:Elternschule-Suederelbe@harburg.hamburg.de)  
[www.hamburg.de/harburg-elternschulen](http://www.hamburg.de/harburg-elternschulen)  
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag 10-12 Uhr *geänderte Sprechzeiten*