

Mama Me Time (Online-Kurs)



Home-School, Home-Kindergarten, Home-Office. Dazu die alltäglichen Herausforderungen im Leben mit Kindern: Essen kochen, trösten, Streit schlichten, Pflaster kleben, tausend-und-eine Frage beantworten. Da können eigene Grenzen, vielleicht auch Ängste spürbar werden.

Die katholischen Familienbildungsstätten im Bistum Fulda laden daher in der Fastenzeit an drei Freitagabenden zur Entschleunigung ein: **MAMA ME TIME**.



Gönn Dir diese Zeit, nur für Dich!

Elemente sind:
Entspannungsübungen, Meditation, schöne Musik, Austausch mit anderen Müttern.



Unser Kursangebot:

| | |
|---------|---|
| Freitag | 26.02.2021 |
| Freitag | 12.03.2021 |
| Freitag | 26.03.2021 |
| Dauer | 20:00 – 20:45 Uhr |
| Leitung | Victoria Angelstein (Fulda); Anna Hartmann (Hanau); Katharina Pieper (Kassel) |

Bitte beachten: Dieser Kurs findet **online** über die Plattform Zoom statt! Sie brauchen einen Computer oder Laptop mit Kamera und Mikrofon, um teilzunehmen. Den Link erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail zugeschickt.

Anmeldung: Bitte melden Sie sich über die FBS in Kassel an. Entweder per E-Mail info@fbs-kassel.de oder per Telefon 0561 7004 111.

Bildquellen: (links o.) pixabay, (links u.): Morgan Sessions auf unsplash.com, (rechts.): Aron Visuals auf unsplash.com.