

Einladung zum Programm ›Eltern stärken – Trauma bewältigen‹



Eltern haben viel geschafft, wenn sie mit ihren Kindern in ein sicheres Land geflüchtet sind. Als Mütter und Väter hoffen wir, dass Kinder vergessen, was sie erlebt haben. Aber manchmal haben die Kinder Schwierigkeiten mit der neuen Situation (in der Schule oder zuhause). Das sind normale Reaktionen und kein Grund zur Sorge.

In diesem Programm sprechen wir über:

- ⇒ Für Eltern, deren Kinder Flucht und Krieg erlebt haben
- ⇒ 2 Stunden wöchentlich, 5 x
- ⇒ 8 bis 10 TeilnehmerInnen
- ⇒ Gruppen für Eltern, oder nur Mütter oder nur Väter
- ⇒ Muttersprachliche TrainerInnen

- Was Eltern tun können, um ihren Kindern zu helfen
- Praktische Tipps für den Umgang mit Wut und Angst
- Tipps für bessere Konzentration
- Tipps für guten Schlaf
- Stärkung für die Eltern

Trainerinnen: Oula Khattab und Somia Babiker

Ab Donnerstag 2. Juli, immer 10 – 12 Uhr (2.7., 9.7., 16.7., 23.7. 30.7.).
Im Frauentreff Pyramidops, Volkertplatz 13



هذا البرنامج للآباء والأمهات الذين عانى أطفالهم من الهروب والحرب.

- ساعتان في الأسبوع (٥ اسابيع).
- من ٨ الى ١٠ مشاركين/مشاركات.
- هناك مجموعات الوالدين أو مجموعات للأمهات فقط أو للآباء فقط.
- المدربون/ المدربات يتحدثون باللغة الأم.

الدعوة برنامج " تمكين الآباء من أجل التعامل مع الصدمة "

مرّ الآباء والأمهات بالكثير عندما فروا مع أطفالهم إلى بلد آمن، وكآباء وأمّهات نأمل دائماً أن ينسى أطفالنا ما عاشوه و مرّوا به. لكن في بعض الأحيان يواجه الأطفال بعض الصعوبات بسبب الوضع الجديد (في المدرسة أو في المنزل). ردود الأفعال هذه طبيعية ولا تستدعي القلق.

في هذا البرنامج نتحدث عن :

- ما يمكن أن يفعله الآباء والأمهات لمساعدة أطفالهم.
- نصائح عملية للتعامل مع الغضب والخوف.
- نصائح لتحسين التركيز.
- نصائح لنوم جيد.
- تعزيز امكانيات الوالدين.

المدرّبون : علا خطاب و سمية بابكر.

ابتداء من الخميس ٢ تموز, من الساعة ١٠ صباحاً حتى ١٢ ظهراً.
المواعيد (٢ - ٩ - ١٦ - ٢٣ - ٣٠ تموز)
المكان في مركز Piramidops Frauentreff