



Unterbezirk
Gelsenkirchen/Bottrop

Anmeldung und Auskunft:

Andrea Behrendt
Koordination Familientraining
Tel: 0157/ 365 734 87

Martina Leßmann
Leitung AWO-Familienbildung
Gladbeckerstr. 22
46236 Bottrop

Telefonisch Bottrop
02041 70949-24

Email
martina.lessmann@awo-gelsenkirchen.de

www.awo-gelsenkirchen.de

Familie bilden Ein Training vor Ort bedeutet:

Information



Stressbewältigung

Unterstützung



Förderung



Unterbezirk
Gelsenkirchen/Bottrop



Familie bilden

Ein Training vor Ort

Ein kostenloses Angebot
der AWO Familienbildung

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds

BertelsmannStiftung



Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



bottrop.





Gemeinsamkeit erleben

Wir bieten Ihnen ein Familien-Training vor Ort an, in dem wir Sie und Ihre Familie zu wichtigen Themen informieren und Sie im Familienalltag unterstützen wollen.

Die Bausteine des Trainings:

- **Erziehungsthemen**
- **Selbstfürsorge: Zeit für mich**
- **Förderung von Kindern**

So funktioniert das Training:

Eine erfahrene Kursleitung der AWO-Familienbildung besucht Sie 10 Mal zu Hause und bespricht mit Ihnen wichtige Themen des Familienalltags, wie z.B.:

- Wie kann ich Grenzen setzen?
- Welche Rituale sind wichtig?
- Was essen meine Kinder gerne?
- Welche Lebensmittel sind gesund und kostengünstig?
- Wie gehe ich mit Problemen in der Familie um?
- Was kann ich tun, wenn ich selbst gestresst bin?
- Welche Spiel- und Fördermöglichkeiten gibt es?
- Wie viel Medienkonsum ist sinnvoll und gut?
- Welches Spielzeug ist richtig?

Wir gehen natürlich auf Ihre individuelle und persönliche Familiensituation ein.

Ziele des Trainings:

- Alle Familienmitglieder fühlen sich wohl und leben gerne zusammen.
- Ein wertschätzender Umgang miteinander findet statt.
- Die Familie ist ein Ort, in dem sich jeder individuell entwickeln kann.
- Probleme werden gelöst.

Die Trainer*innen:

Verschiedene erfahrene Fachkräfte der AWO-Familienbildung, (z.B. Sozial- und Diplom-Pädagogen, Kinderschutzfachkraft, Elternberater etc.).

