

## **„Kaffee, Tee & Kekse“ - Offene Gesprächskreise zum Thema Eltern-Kind-Bindung im MüZeL Grünau**

**„Wie finde ich wieder Zeit für mich?“** Gesprächsrunde für Mütter und Väter im Familienzentrum MüZeL, Potschkastraße 50, 04209 Leipzig/ Grünau,



**Mittwoch, 08. September  
2020, 16-17.30 Uhr**

Als Eltern stehen wir täglich vielen Herausforderungen gegenüber: Kinder, Haushalt, Arbeit etc. Manchmal scheint es schier unmöglich, alles unter einen Hut zubekommen. An Zeit für uns selbst wagen wir oft kaum zu denken und wir versuchen zu funktionieren und Tag für Tag durchzuhalten. In dieser Gesprächsrunde möchte wir mit Euch darüber sprechen, wie wir ohne schlechtes Gewissen wieder Zeit für uns finden und unsere Kräfte auftanken können.

Bindungsexpertin Romy Lautenbacher (Wurzelwerk Leipzig) gibt praktische Tipps und Anregungen und beantwortet Eure Fragen. Unkostenbeitrag: 5 €,

Bitte mit Anmeldung per Mail an: [info@wurzelwerk-leipzig.de](mailto:info@wurzelwerk-leipzig.de)