

Vortrag - Entspannte Eltern: Mehr Gelassenheit und Leichtigkeit im Eltern-Alltag mit Mag.^a Dr.ⁱⁿ Rebecca Sonnweber

In diesem Vortrag erfahren wir, wie wir in herausfordernden Zeiten uns selbst nicht verlieren. Wir bekommen einen neuen Zugang zu unseren Gefühlen und Bedürfnissen und lernen verschiedene praktische und einfach umsetzbare Methoden kennen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung unter: familientreff@bregenz.at

Wann: Dienstag, 22. September 2026 von 9-11 Uhr

Wo: Familientreff, Mariahilfstraße 54, Bregenz

Der Vortrag ist Teil des Elternbildungsprojekts „Kinder brauchen Antworten“, welches aus Mitteln des BKA – Sektion Familie und Jugend und dem Land Vorarlberg - finanziert wird. Aktuelle Angebote des Familientreffs finden Sie auf dem Familienportal der Landeshauptstadt Bregenz. www.bregenz.gv.at/familie

Öffnungszeiten:

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 9 bis 12 Uhr

Montag von 14 bis 17 Uhr