

Projekt „Stark im Alltag“: Kreative Ressourcen aktivieren und eigene Stärken sichtbar machen



Gemeinsam. Stark. Verbunden.

FÜR ALLEINERZIEHENDE MÜTTER



Mit dem Projekt „Stark im Alltag“ bietet die Stadt Bergkamen alleinerziehenden Müttern die Möglichkeit, sich auszutauschen und neue Impulse für den Alltag zu erhalten. Der

Abschlusstermin der Reihe steht unter dem Motto: „Kreative Ressourcen aktivieren und eigene Stärken sichtbar machen“. Der Termin findet am 31. Juli 2026 von 9.00 bis 12.00 Uhr im Familientreff (Pestalozzihaus, Pestalozzistraße 6) in Bergkamen statt. Das Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich. Für die Betreuung der Kinder ist während der Veranstaltung vor Ort gesorgt.

Mit kreativen und kunsttherapeutischen Methoden entdecken die Teilnehmerinnen ihre persönlichen Stärken und Kraftquellen neu. Durch praktische Übungen und kreative Impulse werden Selbstwirksamkeit, Stabilisierung und positive innere Bilder gefördert, die sich unterstützend auf den Alltag auswirken können. Das Treffen bietet zudem Raum für Austausch, gegenseitige Ermutigung und neue Perspektiven in einer vertrauensvollen Atmosphäre. Begleitet wird die Veranstaltung von einer erfahrenen Psychotherapeutin.

Interessierte alleinerziehende Mütter aus Bergkamen sind herzlich eingeladen, teilzunehmen. Eine Anmeldung ist bis zum 29. Juli unkompliziert unter der Telefonnummer 02307 / 280 333 oder per E-Mail an familientreff@t-online.de möglich. Die Plätze sind begrenzt.

Das Projekt „Stark im Alltag“ wird in Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Kreises Unna durchgeführt und durch die Techniker Krankenkasse gefördert.