

# Elterncafé

Mehr Ruhe & Freude im Familienalltag



Wo: Treff Theresia, Pfeuferstr. 3, 81373 München  
Wann: Montags 10:00 - 11:30 Uhr ab 10. Oktober 2022  
kostenfrei

Infos und Anmeldung: [info@treff-theresia.de](mailto:info@treff-theresia.de)

Als Eltern erleben wir häufig Dauerstress. Ob fehlender Schlaf, Mehrfachbelastung durch Arbeit und Kind(er), Konflikte in der Familie oder Anderes: Das Leben als Eltern ist oft anstrengend! Im Elterncafé ist Raum für Austausch mit anderen Eltern. Zusätzlich gibt es Tipps und Informationen zu den Themen Stressbewältigung, Familienorganisation, Kommunikation und Entspannung. Babys und Kinder sind herzlich willkommen!

