



## TAPASZTALAT CSEREBERE 40-EN TÚL

Várunk 6 alkalmas zártkörű csoportunkba, ahol biztonságos, megtartó környezetben 2 lelkes, szakképzett vezetővel az élet dolgairól beszélgetünk.

### Fontos megélni, hogy problémáinkkal nem vagyunk egyedül.

Életünk során többször kerülünk nehéz helyzetbe, sokszor a nagy öröm mellett súlyos megpróbáltatásokat élünk meg. Bármelyik az alábbi témák közül megszólít, vagy lenne más egyéb, amiről szívesen beszélgetnél, **találkozzunk Budakeszin, a Generációk Házában.**

- Kimerült vagyok, mert nem hagy aludni a gyerekem.
- Nagyon fáj szülőként megélni, ha bántják a gyerekem.
- Hiányzik az „én idő”...
- Mik a családon belüli szerepek?
- Egyensúly megteremtése a családban.
- Maximalizmus elengedése.
- Gyerekeink és a kütyük.
- Társunkkal kettesben, de ki vigyáz addig a gyerekekre?
- Idősödő szülők és kamaszok a családban.
- Kommunikáció családon belül és kívül.



Beszélgetés tabuk nélkül. A részvétel ingyenes. A csoport hamarosan indul, kéthetente szerda esténként. Az alkalmak tervezett időpontjai: **okt. 2., okt. 16., okt. 30., nov. 13., nov. 27., dec. 9.**  
**Az utolsó alkalom hétfői napon lesz!**

**Helyszín: Budakeszi, Erdő u. 83.**

Jelentkezz még ma nálunk az alábbi elérhetőségeken:

<i>Molnár Tímea</i> <i>mentálhigiénés szakember, online</i> <i>mentálhigiénés tanácsadó, képzésben lévő</i> <i>családterapeuta, mediátor</i>	+36 20 426 7770 <a href="mailto:molnar.timea@budakeszihid.hu">molnar.timea@budakeszihid.hu</a>
<i>Vinkovits Vera</i> <i>mentálhigiénés szakember, családkonzulens,</i> <i>EFT alapképzés, HMT csoportvezető, mediátor</i>	+36 20 377 4593 <a href="mailto:vinkovits.vera@budakeszihid.hu">vinkovits.vera@budakeszihid.hu</a>