



## Wann?

jeden Freitag  
von 10 bis 12  
ab 6. September 2013  
zunächst bis 20.12.2013

## Wo?

IBEF e. V.  
Guineastr. 5  
13351 Berlin

**Kommen Sie einfach vorbei!**

IBEF e. V.  
Guineastr. 5  
13351 Berlin  
030/ 621 48 45  
[ibefev@t-online.de](mailto:ibefev@t-online.de)  
[www.ibefev.de](http://www.ibefev.de)

Fahrverbindung:  
U-Bhf. Seestraße (U 6)  
U-Bhf. Amrumer Str. (U 9)  
Bus 126, 221  
Tram M13, M50

Den ganzen Tag mit Kind  
allein...?



Wir laden Sie ein zu unserem  
regelmäßigen

## Elternfrühstück

Ein Angebot für  
Eltern,  
Alleinerziehende und  
angehende Eltern

jeden Freitag  
von 10 bis 12 Uhr

...das muss nicht sein!

## Themen und Inhalte im Angebot:

Ziele:

Beim Elternfrühstück erwartet Sie folgendes:

Sie können

- frühstücken :-)
- andere Eltern kennenlernen,
- Erfahrungen austauschen,
- Informationen gewinnen

durch:

- Kurzvorträge
- Gruppenangebote
- Kurse, bei Bedarf
- Einzelberatung

- **Familie, Erziehung, Partnerschaft:**
  - Erziehung - was ist wichtig?
  - Regeln und Grenzen in der Familie
  - Umgang mit Überforderungssituationen
  - Konfliktbewältigung
  - Familie in Trennung
- **Gesundheit**
  - gesunde Ernährung für die ganze Familie
  - Hygiene – worauf ist zu achten?
- **Behörden:**
  - Wo und wann stelle ich Anträge
  - Wie reagiere ich auf Post
- **Finanzen:**
  - Umgang mit Schulden
  - Umgang mit dem Geld

- Spaß haben
- Kontakte knüpfen
- Informationsgewinn



Eigene Themen sind erwünscht!