

PRÄVENTION VON ESSSTÖRUNGEN

Resilienz und Selbstwertgefühl fördern

In dieser zweiteiligen Workshopreihe lernen Eltern, wie sie ihre Kinder wirksam vor Essstörungen schützen können. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Ansätze, die Resilienz und Achtsamkeit fördern, sowie ein gesunder Umgang mit Körperbild und Emotionen. Ziel ist es, Kinder und Jugendliche zu stärken – für ein selbstbewusstes, gesundes Aufwachsen ohne Schönheitsdruck.

Samstag, 17.1. und 24.1.
9:00 bis 12:00
€ 8,00 pro Teilnehmer: in

EKiZ Hartmayrsiedlung
ekiz.hartmayrsiedlung@kinderfreunde-linz.at

