



InterNido

Interkultureller Verein in Nidau
Association interculturelle à Nidau



**Stadt Biel
Ville de Bienne**

QuartierInfo Bözingen
InfoQuartier Boujean

Association
**VIVRE
ENSEMBLE**

Biel - Bienne

**Berner Gesundheit
Santé bernoise**



Foto : iStock.com

Ich trage Sorge zu meiner psychischen Gesundheit und die meiner Kinder

Ein thematischer Spaziergang für Eltern und Angehörige

Elternsein ist eine wahre Herausforderung. Zu sich selber Sorge tragen ist wichtig, um die Kinder auf ihrem Weg mit allen Freuden und Schwierigkeiten begleiten zu können. Während dieses Spaziergangs werden wir uns über Themen wie Bewegung, Entspannung, «Um Hilfe fragen» und Umgang mit Schwierigkeiten austauschen.

Datum und Zeit: Samstag, 5. November 2022, von 14 bis 17 Uhr

Ort: QuartierInfo Bözingen, Solothurnstrasse 21, 2504 Biel

Kosten: Kostenlos inkl. kleiner Snack

Eine Kinderbetreuung ist organisiert. Der Anlass findet bei jedem Wetter statt (bitte dem Wetter entsprechende Kleidung anziehen).

Anmeldung und Informationen

Anmeldung erwünscht bis am 31. Oktober 2022 an:

Berner Gesundheit, André Huegi, Tel. 032 329 33 73 oder per Mail andre.huegi@beges.ch

Animation in 6 Sprachen

Deutsch

Français

عربي

Espagnol

Україна

Farsi