

25.03.2026, 18:30-20:30 Uhr

JETZT REICHTS MIR!



Anmeldung: [maier@gesundheitsservice-brunn.at](mailto:maier@gesundheitsservice-brunn.at)  
oder 02236/511 665. Die Veranstaltung ist kostenlos.  
Anmeldeschluss: 23.03.26  
Referent:in: Die Möwe; Max. Teilnehmerzahl: 25

## EMOTIONALE SELBSTREGULATION FÜR ELTERN

Stress, streitende Kinder, „Nein, ich will nicht“ – Was, wenn es den Eltern auch einmal reicht? Wie baut sich diese Anspannung auf? Was sind Trigger im Alltag? Techniken zum Abbau innerer Anspannung

# Sozialzentrum

Mehrzweckraum, Friedrich Schiller-Straße 24-26, 2345 Brunn am Gebirge

Mit freundlicher Unterstützung der Marktgemeinde Brunn