




Sternenkinder-Café April Selbstfürsorgeboxen

Wir möchten mit Euch „Selbstfürsorgeboxen“ gestalten. Impulse und Ideen werden erarbeitet, die besonders an schweren Tagen hilfreich sein können, um den Blick auf das zu lenken, was unterstützend und helfend wirken kann. Eine Selbstfürsorgebox kann eine kleine Quelle unserer ganz eigenen Ressourcen sein, die manchmal in Vergessenheit geraten. Kleine Erinnerung an diese können die Momente, die besonders schwerfallen, erleichtern und wieder zur eigenen Mitte führen.

Wir werden gemeinsam mit Euch individuelle, kleine Boxen gestalten, die mit ganz verschiedenen Inhalten befüllt werden können.



Mittwoch, 29.04.2026
von 16.00 - 18.00 Uhr

Anmeldungen unter:
05481 3266239
sternenkinder.ms-os@bethanien-
stiftung.de



Wir sind dankbar über jede **Spende**,
die diese Angebote ermöglichen!

Evangelische Bank, Kassel
IBAN: DE90 5206 0410 0004 0040 00
Verwendungszweck:
Sternenkinder Münster/Osnabrück