Workshop
„Kreativ sein, gesund bleiben“

www.bielefeld.de/alleinerziehend-gesund



für Alleinerziehende & Kinder ab sechs Jahren

Dieser **kostenlose** Workshop soll kein weiterer Punkt auf Ihrer To-do-Liste sein, sondern ein geschützter Raum, in dem Sie und Ihr(e) Kind(er) durchatmen können.

Sie erhalten einen **kurzen Impuls** zur Stärkung der seelischen Gesundheit durch Kreativität, malen Ihr **eigenes Kunstwerk** und lernen nebenbei Gleichgesinnte kennen.

Gemeinsam werden kreative Methoden und Materialien, wie z.B. Acryl- und Wasserfarben, ausprobiert. Diese lassen sich z. B. auch mit Ihrem Kind/Ihren Kindern im Alltag umsetzen.

Teilnahme mit oder ohne Kinder

An allen Terminen können Alleinerziehende auch gemeinsam mit Ihren Kind(ern) ab sechs Jahren teilnehmen.

- Kinder können ausschließlich in Begleitung einer sorgeberechtigten Bezugsperson teilnehmen.
- Die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern.

Wann?

Jeweils von 16 bis 18 Uhr am:

- Montag, 09.11.26
- Freitag, 13.11.26 (ausgebucht)
- Montag, 23.11.26
- Freitag, 27.11.26

Eine Teilnahme ist sowohl einmalig als auch an mehreren Terminen möglich.

Wo?

Atelier, Oberntorwall 5, 33602 Bielefeld
ÖPNV-Anbindung:
Haltestellen „Jahnplatz“/„Adenauerplatz“

Workshopleitung

Monika Plaza (gestaltungstechnische Assistentin & B.Sc. Psychologin).

Anmeldung

Mit Angabe des Alters des Kindes und Nennung des Termins bei:
Lea Schürstaedt
Team Gesundheitsförderung und Prävention
Tel. 0521 51-6737
lea.schuerstaedt@bielefeld.de

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

Weitere Angebote zur Gesundheitsförderung für Alleinerziehende in Bielefeld finden Sie hier:

Impressum
Herausgegeben von:

Stadt Bielefeld
Gesundheits-, Veterinär- und Lebensmittelüberwachungsamt

Nikolaus-Dürkopp-Str. 5 – 9, 33602 Bielefeld
Verantwortlich für den Inhalt: Julia Harmsen
Redaktion: Team Gesundheitsförderung und Prävention
Titelfoto: Smarterpix/Amaviael
Stand: Oktober 2026