



BARRIEREN ÜBERWINDEN:  
HILFE, DIE ANKOMMT.

## wir2: ein Bindungstraining für Alleinerziehende. Mehr Selbstsicherheit im Alltag.

### wir2 – Bindung aufbauen

- Für Alleinerziehende mit Kindern bis zu zehn Jahren
- Zwanzig Gruppensitzungen
- Nachweislich und nachhaltig wirksam

### wir2 – wirkt und stärkt

- Eltern-Kind-Bindung
- Gemeinsame Elternverantwortung trotz Paarkonflikt
- Soziale Kompetenzen für den Alltag
- Wohlbefinden der Kinder

### wir2 – für Alleinerziehende

- Kostenlos
- Wohnortnah
- Inklusive Kinderbetreuung

### Anmeldung zum wir2-Bindungstraining:

#### Ort:

AWO Mehrgenerationenhaus  
Heisenbergweg 2 | 336 13 Bielefeld

#### Zeitraum:

16.08.2023 - 07.02.2024, 17:30 - 19:00 Uhr  
(jeweils mittwochs außerhalb der Ferien)

#### Gruppenleitung:

Katja Matthies & Josephine Thomas

Kinderbetreuung vor Ort (bitte mit Anmeldung)

#### Anmeldung bei:

AWO Kreisverband Bielefeld e.V.  
Herrn Jan-Edzard Labs  
Mercatorstraße 10  
33602 Bielefeld  
Tel. 0521-5208942  
E-Mail: j.labs@awo-bielefeld.de

wir2 ist ein Programm der

**WALTER  
BLÜCHERT  
STIFTUNG**

Die WALTER BLÜCHERT STIFTUNG ist eine rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts mit Sitz in Hamburg. VERWALTUNGSSITZ: Gütersloh. VORSTAND: Prof. Dr. Gunter Thielen (Vorsitz), Ingrid Kramer.



**ARBEITERWOHLFAHRT  
Kreisverband Bielefeld e.V.**

# wir2zwei

BINDUNGSTRAINING FÜR ALLEINERZIEHENDE



BARRIEREN ÜBERWINDEN:  
HILFE, DIE ANKOMMT.

## wir2 - Bindungstraining für Alleinerziehende

in Kooperation mit



**ARBEITERWOHLFAHRT  
Kreisverband Bielefeld e.V.**

[WWW.WIR2-BINDUNGSTRAINING.DE](http://WWW.WIR2-BINDUNGSTRAINING.DE)



[www.awo-bielefeld.de](http://www.awo-bielefeld.de)



**BARRIEREN ÜBERWINDEN:  
HILFE, DIE ANKOMMT.**

**wir2. Für Alleinerziehende mit Kindern  
bis zu zehn Jahren.  
Kostenlos. Wohnortnah. Wirksam.**

„Ich hetze nur noch zwischen irgendwelchen Terminen hin und her. Von der Arbeit zur Kita, von der Kita zum Arzt. Von da wieder weiter. Und irgendwo dazwischen soll ich auch noch einkaufen, putzen und mit dem Kleinen spielen.“

Vielleicht sieht Ihr Leben nach der Trennung so aus. Mit solchen und ähnlichen Empfindungen sind Sie nicht allein.

Das Bindungstraining wir2 ist ein Angebot für alleinerziehende Mütter und Väter, die sich in einer belastenden Situation Unterstützung wünschen. Zwanzig Gruppensitzungen können Ihnen dabei helfen, Balance herzustellen, Bindung aufzubauen und Beziehung zu stärken.

**Damit es Ihnen und Ihren Kindern besser geht.**

**Neue Lösungen für alte Konflikte.  
Inhalt der zwanzig Wochenstunden in  
vier Themenblöcken:**

<b>Mütter &amp; Väter</b>	<b>Kinder</b>	<b>Familie</b>	<b>Neue Lösungen für alte Konflikte</b>
Wie geht es mir?	Wie geht es meinem Kind?	Welche Rolle spielt mein ehemaliger Partner?	Was tun in schwierigen Situationen?
Eigene Gefühle und Bedürfnisse klären	Erkennen von Bedürfnissen und Wünschen	Trennung von Elternverantwortung und Paarkonflikt	Erlernen von Alltagskompetenzen



Mehr Generationen  
Haus Heisenbergweg

