

## SO ERREICHST DU UNS:

wellengang.hamburg

Schloßstraße 44

22041 Hamburg

**T** +49 (0)40 38 666 69-60

**M** mail@wellengang-hamburg.de

**W** www.wellengang-hamburg.de



wellengang  
hamburg

Die Gruppen finden im Pavillon vom Familiennetzwerk Wandsbek statt – direkt am Bahnhof Wandsbek Markt, zwischen Post und Hamburger Sparkasse. Dorthin gelangst du gut mit der U1, S1/S11, R10 und z. B. den Bussen der Linien 8, 9, 35 und 162.

## PAVILLON FAMILIENNETZWERK WANDBEK

Bärenallee 33 a, 22041 Hamburg



wellengang.hamburg

Kinder und ihre seelisch belasteten Familien

# WELLEN GÄNG

> FLYER FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

**aladin**  
Wir helfen Kindern

wellengang.hamburg ist ein Angebot von ALADIN – ambulante Hilfen und Therapie e. V.

[www.wellengang-hamburg.de](http://www.wellengang-hamburg.de)



Die therapeutischen Kindergruppen werden durch Fördergelder des Hamburger Spendenparlaments finanziert.

[www.spendenparlament.de](http://www.spendenparlament.de)

aladin

# Kennst du das?

Deinem Vater oder deiner Mutter geht es nicht gut. Sie sind dauernd erschöpft oder richtig krank – nicht körperlich, sondern seelisch.

Das ist eine schwierige Situation für eure Familie und besonders für dich.

Vielleicht machst du dir Sorgen um deine Eltern, musst mit vielen Dingen alleine klarkommen und hast nicht genügend Zeit für deine Freunde oder Hobbys. Vielen Kindern und Jugendlichen geht es auch so.

Für euch bieten wir bei wellengang.hamburg eine Gruppe an, um euch zu unterstützen – die wellengäng.

## DORT KANNST DU:

- › DICH SELBER UND DEINE EIGENEN GEFÜHLE BESSER KENNENLERNEN
- › GEMEINSAME AKTIVITÄTEN ERLEBEN
- › ETWAS ÜBER SEELISCHE BELASTUNGEN UND PSYCHISCHE KRANKHEITEN ERFAHREN
- › DICH MIT ANDEREN KINDERN/JUGENDLICHEN AUSTAUSCHEN, DENEN ES ÄHNLICH GEHT
- › NEUES ERLEBEN UND AUSPROBIEREN

Das Angebot startet mit einem Kennenlerngespräch mit unseren Gruppenleitern und deinen Eltern.

Wenn du magst, gibt es dann ein Schnuppertreffen, an dem du die Gelegenheit hast, die anderen Gruppenmitglieder und die Gruppenleiter kennenzulernen. Du kannst dir dann noch einmal überlegen, ob das Angebot etwas für dich ist.

**Das Gruppenangebot ist für dich kostenfrei.**