



MAPPy Moments – für starke Kids und entspannte Eltern

Elternschaft ist bereichernd – und zugleich mit vielfältigen Anforderungen verbunden. Mit „MAPPy Moments“ steht in Halle (Saale) ab dem 01. September 2026 ein kostenfreies Angebot zur Verfügung, das gezielt die mentale Gesundheit von Eltern stärkt und im Familienalltag unterstützt.

Das sechswöchige Kursformat richtet sich an werdende Eltern sowie Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren. Die Treffen finden einmal wöchentlich (jeweils 90 Minuten) in festen Kleingruppen mit etwa 7 bis 12 Teilnehmenden statt und bieten einen geschützten Raum für Austausch und Reflexion.

Inhalte und Ziele:

- Stärkung der mentalen Gesundheit von Eltern
- Strategien zum Umgang mit Alltagsbelastungen und Mental Load
- Förderung des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung

Die Durchführung erfolgt durch die MAPP-Empowerment gGmbH und wird durch das GKV-Bündnis für Gesundheit Sachsen-Anhalt gefördert. Der Fachbereich Gesundheit der Stadt Halle (Saale) begleitet das Angebot im Rahmen der kommunalen Gesundheitsförderung.

Teilnahme und Anmeldung:

Die Teilnahme ist kostenfrei. Der Zugang erfolgt in der Regel über kooperierende Einrichtungen. Interessierte Eltern können sich dort informieren oder entsprechende Hinweise vor Ort nutzen.

Die Anmeldung erfolgt direkt über die MAPP-Empowerment gGmbH. Der Zugang ist über den im Flyer integrierten QR-Code möglich.

Ergänzend stehen digitale Zusatzangebote zur flexiblen Unterstützung im Alltag zur Verfügung.



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT
Sachsen-Anhalt

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

