



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

Kursleitung	Angebot	Kontakt / Anmeldung
Ellen van der Woude, Psychologin MSc	<p><b>Ein Nein muss manchmal sein – Streit und Konflikte im Alltag lösen</b></p> <p>Ein Kurs für Elternteil und Kind (8 bis 12 Jahre), max. 5 Familien Streiten gehört zu einem ganz normalen Alltag dazu. Aber nicht jeder kann „richtig“ streiten und es ist wichtig, nach einem Streit wieder zueinander zu finden. In diesem Kurs gehen wir mit Spiel und Übungen auf die Themen Wut und Streit ein: Wann streiten wir eigentlich? Wofür ist streiten wichtig? Wie zeigen wir, dass es uns reicht? Wann wird Streit verletzend und ganz wichtig: Wie kann ein Streit gut gelöst werden? 3 Dienstage von 15:30 bis 17:30 Uhr, 14.11., 28.11. und 12.12. Im <b>Familienzentrum Bad Schönborn-Mingolsheim</b>, Eigenbeitrag pro Familie: € 10,-</p>	<p>Praxis für seelische Gesundheit Ellen van der Woude Telefon: 0151-22149824 E-Mail: <a href="mailto:info@praxis-woude.de">info@praxis-woude.de</a></p> <p>www.praxis-woude.de unter „Kurse und Fortbildungen“</p>
Diakonisches Werk <b>Bretten</b> Christine Jehle, Michael Diem	<p><b>Trennung meistern – Kinder stärken</b></p> <p>Gruppentraining für Eltern nach <b>Trennung und Scheidung</b> Dieses Gruppentraining begleitet Eltern in der schwierigen Phase des Trennungskonfliktes. Sie erhalten Hilfen, mit denen sie die Situation bewältigen und neue Lösungen finden können. Beginn: bitte erfragen Sie die neuen Termine</p>	<p>Diakonisches Werk in Bretten Hermann-Beuttenmüller-Str. 14, 75015 Bretten Telefon: 07252 58690-0 <a href="mailto:bretten@diakonie-laka.de">bretten@diakonie-laka.de</a> <a href="https://diakonie-laka.de/bretten/">https://diakonie-laka.de/bretten/</a></p>
AutismusZentrum <b>Bruchsal</b> und <b>KA-Durlach</b> , Sandra Vogelmann, Psychologin	<p><b>Autismus = besondere Herausforderungen?! NEU im Programm</b></p> <p>Moderierter Elternaustausch</p> <p>Ihr Kind hat eine Diagnose aus dem Autismusspektrum und Sie würden gerne mit anderen Eltern in den Austausch kommen? Unter fachlicher Leitung erhalten Sie kurze theoretische Inputs zu den Besonderheiten des Autismus im Alltag, erleben Unterstützung durch die anderen Teilnehmer und können gleichzeitig eigene wertvolle Erfahrungen im Umgang mit herausfordernden Situationen im Alltag weitergeben.</p> <p>Der moderierte Elternaustausch findet für max. 12 Teilnehmer im Zeitraum eines halben Jahres 1x monatlich in den Räumen des AutismusZentrums in Bruchsal und Karlsruhe-Durlach statt.</p>	<p>AutismusZentrum Daniela Hauser, Therapeutische Leitung, Tel.: 0176 82144058, <a href="mailto:d.hauser@az-bruchsal.de">d.hauser@az-bruchsal.de</a></p> <p><b>Bruchsal</b> Wilderichstraße 11, 76646 Bruchsal <b>Durlach</b>, Zehntstr. 7, 76227 Karlsruhe</p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Eva Vetter Pädagogin, Erziehungsberaterin, Eltern-, Säuglings- und Kleinkindberaterin, PEKiP-Gruppenleiterin und Gordon- Familientrainerin</p>	<p><b>Das Gordon Familientraining – ein Onlinekurs</b></p> <p>"Ich habe dir schon 100 Mal gesagt, räume dein Zimmer auf!" So oder ähnlich klingt es in Familien. Eltern wissen manchmal gar nicht mehr, was sie noch machen sollen. Mit gutem Zureden oder gar Drohungen kommt man nicht weiter. Die unterschiedlichen Bedürfnisse und Wertvorstellungen von Kindern und Eltern führen zu häufigen Konflikten. Das Familientraining ist das Kursprogramm zum Weltbestseller „Die Familienkonferenz“ von Thomas Gordon.</p> <p>Eine präventiv orientierte Fortbildung für Eltern (und alle, die mit Kindern zu tun haben), die kompetente Gesprächspartner sein, ihre eigenen Bedürfnisse befriedigen, Konflikte konstruktiv und ohne Anwendung von Macht lösen wollen, ohne dass es Gewinner und Verlierer gibt. Es hilft Ihnen, Ihre Kompetenzen und Ihre Kommunikationsfähigkeiten zu erweitern und in der Familie ein harmonisches und vertrauensvolles Klima zu schaffen, in dem sich alle wohl fühlen.</p> <p>In lockerer Atmosphäre und kleinen Gruppen (max. 9 Teilnehmer) bietet der Kurs ein erprobtes Konzept in Form von Kurzvorträgen, praktischen Übungen und alltagsbezogenen Rollenspielen. Die Kurse finden an 7 Abenden jeweils von 20 – 22.30h über das Programm „zoom“ statt. Die Voraussetzung ist ein Laptop, Tablet, PC mit Webcam oder Smartphone.</p>	<p>Weiberbergstraße 4a 76646 Bruchsal Tel.: 07251/930742 vetter.eva@gmx.net <a href="http://www.vetter-bruchsal.de">www.vetter-bruchsal.de</a></p>
<p>Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familie- und Lebensfragen Bruchsal</p> <p>Adrian Dieterle, Diplomtheologe und Eheberater, Michaela Heller, Hypnosetherapeutin und Eheberaterin</p>	<p><b>Ich dachte, es sei für immer – Krise als Chance</b></p> <p>“Krise als Chance“ ist ein Gruppenangebot für Menschen in <b>Trennungs- oder Scheidungssituationen</b>. Kaum eine Lebenssituation ist so belastend und beängstigend wie die drohende oder vollzogene Trennung vom Lebenspartner. Kleine und große Kinder sind in Mitleidenschaft gezogen. Der feste Boden unter den Füßen geht verloren, Ängste, Schmerz und Hoffnung lösen einander ab. In dieser Situation hilft eine Gruppe mit Menschen, die ebenso betroffen sind und die gemeinsam kleine Schritte zur Festigung und Neuorientierung begleiten. In der Selbsterfahrungsgruppe wird neben dem Reden das spielerische Erproben neuer Erfahrungen und Lösungswege im Mittelpunkt stehen.</p> <p>Montags jeweils von 19.00 bis 21.15 Uhr, 6 Abende, wöchentlich. Kosten: 10,00 Euro Ort: Vinzentiushaus, Josef- Kunz Str.4, <b>Bruchsal</b></p> <p>Beginn: neue Termine erfragen Sie bitte direkt bei der Beratungsstelle</p>	<p>Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familie- und Lebensfragen, <b>Bruchsal</b>, täglich telefonisch erreichbar zwischen 10 und 12 Uhr unter 07251/93180-0 beratung@efl-bruchsal.de</p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Caritasverband Ettlingen e.V. Frau Dr. Vesna Gajger, Dipl. Pädagogin</p>	<p><b>Von Beziehung zur Erziehung NEU im Programm</b> „Die Ursache fast aller menschlichen Probleme liegt in unbefriedigenden Beziehungen zu Personen, die uns wichtig sind.“ (W. Glasser)</p> <p>Eine liebevolle, respektvolle und vertrauensvolle Eltern-Kind-Beziehung ist nicht nur Voraussetzung und Schlüssel zu einer gelingenden Erziehung, sondern die beste Prävention für alle Herausforderungen, vor denen Kinder und Jugendliche heute stehen. Aber die Bindung ist nicht selbstverständlich, sie wird von der Geburt des Kindes an aufgebaut. Dieser Kurs soll Sie als Eltern dabei unterstützen die Bedürfnisse Ihrer Kinder besser zu erkennen, um die Beziehung zu Ihnen zu stärken.</p> <p>Der Kurs basiert auf der <i>Marte Meo - Methode</i> (von Maria Arts) und der <i>Theorie der Auswahl</i> (von W. Glasser). Durch Selbsterfahrung, gemeinsamen Austausch und interaktive Methoden soll der Kurs zu mehr Erziehungssicherheit beitragen.</p> <p>5 Termine, dienstags 18-20 Uhr, Lorenz-Werthmann-Str. 2, <b>Ettlingen</b> Neue Termine erfragen Sie bitte direkt bei der Beratungsstelle</p>	<p>Psychologische Beratungsstelle des Caritasverbandes in Ettlingen Lorenz-Werthmann-Str. 2 76275 <b>Ettlingen</b> 07243/515-17101 <a href="mailto:pb@caritas-ettlingen.de">pb@caritas-ettlingen.de</a></p>
<p>Caritasverband Ettlingen e.V.</p>	<p><b>Wie umarme ich einen Kaktus? – Elternsein in der Pubertät</b> Die Pubertät ist oft eine turbulente Zeit, in der die herausfordernden Aspekte im Fokus stehen. Hilfreicher ist es aber diese Phasen als eine notwendige Zeit der Entwicklung, der Veränderung und des Wandels zu betrachten. Dies gilt für beide Seiten – Eltern wie Heranwachsende. Grundlegende Informationen über die Pubertät und der Austausch mit anderen können Eltern helfen, einen anderen Blickwinkel zu beziehen und zu entdecken, was im Umgang mit den Heranwachsenden unverzichtbar ist.</p> <p>An fünf Terminen werden unterschiedliche typische Entwicklungsthemen rund um das Thema der Pubertät aufgegriffen.</p>	<p>07243/515-140 <a href="mailto:pb@caritas-ettlingen.de">pb@caritas-ettlingen.de</a></p>



**Landesprogramm STÄRKE  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe**



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Diakonisches Werk Ettlingen, Frau Maierhofer-Edele</p>	<p><b>Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ in Ettlingen</b> Neue Wege im Umgang mit Kindern! In unserer sich schnell verändernden Welt stehen Eltern vor immer größeren Herausforderungen. Alle wollen gute Eltern sein und das Beste für ihr Kind tun – aber was ist das Beste? Der Elternkurs Starke Eltern – Starke Kinder® ist ein Kursangebot des Deutschen Kinderschutzbundes für alle Mütter und Väter. Er bietet Eltern die Möglichkeit, neue Wege des Umgangs mit ihren Kindern kennenzulernen und sich untereinander auszutauschen, er hilft den Stress im Familienalltag zu reduzieren und auch schwierige Situationen mit den Kindern gut zu meistern. Das Entdecken neuer Handlungsmöglichkeiten und der Austausch mit anderen Müttern und Vätern macht Spaß und wird von den Kursteilnehmern als große Bereicherung erlebt.</p>	<p>Tel.: 0721/822208 www.kinderschutzbund-karlsruhe.de</p>
<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V., Frau Benazzouz</p>	<p><b>EIBa-Kursprogramm für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr</b> Die zertifizierte Kursleiterin bietet individuelle Beratung und Information rund um die frühkindliche Entwicklung wie Schlafen, Weinen, Ernährung, Bindung, Wahrnehmung, Bewegungsentwicklung, Spielen... Den max. 8 gleichaltrigen Babys pro Gruppe stehen Materialien zur Verfügung, mit denen sie sich gemäß Ihre Entwicklungsstandes selbstständig und aktiv beschäftigen können. Die Kurse starten im April und September.</p>	<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V. Middelkerkerstr. 2 76275 <b>Ettlingen</b> 07243/12369 info@effeff-ettlingen.de www.effeff-ettlingen.de</p>
<p>Irmgard Karcher, Erzieherin, Elternbegleiterin, Kursleiterin von Eltern-Kind-Kursen</p>	<p><b>Die Kuschelbären - Singen, Spielen, Bewegen.</b> Der Kurs richtet sich an Eltern mit ihren <b>Kindern im Alter von ca. sechs Monaten bis drei Jahren</b>. Aufgeteilt in Altersgruppen erleben Kinder Lieder, Fingerspiele, Verse, vielseitige Spielanregungen und Impulse für ihr Forscher- und Entdeckerwesen. Für die Eltern bieten die Kurse Informationen, Austausch, Anregungen und pädagogische Begleitung im Familienalltag. Weitere Informationen zu den aktuellen Kursen finden sie auf der Webseite <a href="http://www.baerenkurse.de">www.baerenkurse.de</a> Die Kurse finden in <b>Ettlingen</b> statt, den Kursbeginn erfragen Sie bitte bei Frau Karcher.</p>	<p>Frau Karcher 07243/572863 (abends) oder per Email <a href="mailto:irmikarcher@icloud.com">irmikarcher@icloud.com</a> oder <a href="mailto:irmi@baerenkurse.de">irmi@baerenkurse.de</a> <a href="http://www.baerenkurse.de">www.baerenkurse.de</a></p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

Vanessa Fleig	<p><b>Den Herausforderungen von AD(H)S im Familienalltag im Pferdestall begegnen</b> <b>NEU im Programm</b></p> <p>Kennen Sie es, dass ihr Kind häufig Dinge vergisst, Aufforderungen ins Leere gehen und das Chaos siegt? Denn oft ist das Familienleben durch die <b>AD(H)S Diagnose des Kindes</b> geprägt. Gemeinsam möchten wir mit dem Pferd als Begleiter die klare Kommunikation, die Selbstorganisation und den Umgang mit Impulsivität üben.</p> <p>Zusammen mit ihrem Kind haben Sie die Möglichkeit in entspannter Atmosphäre und einer Fellnase Lösungen und Veränderungsimpulse für den Familienalltag zu erarbeiten.</p> <p>Der Kurs findet an drei Nachmittagen in der Kleingruppe an der frischen Luft im Pferdestall statt und richtet sich an Elternteile mit ihrem Grundschulkind.</p> <p>Der Stall befindet sich in <b>Ettlingenweier</b>, nähere Infos unter nebenstehenden Kontaktdaten.</p>	Tel: 01626489292 Mail: tierpaed@gmail.com
Kirsten Riedelbauch	<p><b>ADHS Elternttraining</b> nach dem OptiMind Konzept - <b>Online-Kurs</b></p> <p>ADHS-Kinder sind ganz besondere Kinder und für Sie als Eltern eine tägliche Herausforderung. Die Kinder können durch ihre tollen Ideen begeistern und Sie mit ihrer Spontaneität und ihrem Witz zum Lachen bringen. Aber an manchen Tagen fühlen Sie sich ausgelaugt und sind mit den Nerven fertig. Wahrscheinlich wünschen Sie sich in Ihrer Rolle als Vater oder Mutter dann nichts sehnlicher, als dass einmal alles ohne ständigen Druck und Ermahnungen funktionieren würde. Der Kurs kann Ihnen dabei helfen, dass der Alltag mit Ihrem ADHS-Kind stressfreier wird.</p> <p>Lernen Sie, Ihr Kind in seiner Entwicklung verständnisvoll zu begleiten und freuen Sie sich gemeinsam über die Erfolgserlebnisse. Sie lernen in 8 zweistündigen Seminaren, wie man mit handfesten Methoden positive Verhaltensveränderungen bewirkt.</p> <p>So können Sie durch geeignetes Verhalten dem Kind gegenüber den eigenen Stresspegel senken und das Vertrauen in Ihre eigene Handlungsfähigkeit wiedergewinnen.</p>	info@adhs-beratung-riedelbauch.de mobil: 0160-8332841 www.adhs-elterngruppe-hambruecken.de/



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Maren de Klerk Systemische (Familien-) Therapeutin (SG) und Paartherapeutin (GiPP) Elternkursleiterin KESS erziehen® und Starke Eltern - Starke Kinder®</p>	<p><b>Elternkurs "erMUTigende Erziehung" (online oder live)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wünschen Sie sich einen entspannteren Alltag mit Ihrem Kind?</li><li>• Belasten das ständige Rumgeschreie oder die dauernden Diskussionen die Stimmung zu Hause sehr?</li><li>• Wollen Sie verstehen, warum Ihr Kind 'stört'?</li><li>• Wollen Sie Anregungen wie Sie anders reagieren können?</li><li>• Fragen Sie sich bei all dem Stress im Alltag: Und wo bleibe ich selbst?</li><li>• Wollen Sie sehen, dass Sie mit diesen alltäglichen Kämpfen nicht alleine dastehen?</li></ul> <p>Dieser Kurs wird mit 4 - max. 6 Personen online stattfinden oder live mit 6 – max. 12 Personen. Neben einem Input zum jeweiligen Thema gibt es viele Praxisbeispiele, die Möglichkeit für Fragen der Teilnehmenden und zum Austausch mit den anderen Eltern. Insgesamt findet der Kurs an 6 Terminen über das Tool "Zoom" statt oder aber live. <u>Termine:</u> Es starten alle 2-4 Monate unterschiedliche Kurse vormittags oder nachmittags oder abends / live oder online. Einfach nachfragen.</p>	<p>76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@dialog- weise.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer bei mir melden und erhalten dann weitere Informationen.</p>
<p>Maren de Klerk Systemische (Familien-) Therapeutin (SG) und Paartherapeutin (GiPP) Elternkursleiterin KESS erziehen® und Starke Eltern - Starke Kinder®</p>	<p><b>Elterngruppe "Wie kann ich mein Kind bei der Bewältigung von Problemen unterstützen?" (live und online)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Sie sehen wie Ihr Kind sich mit Problemen im Alltag herumschlägt und wollen es gerne dabei unterstützen?</li><li>-Ihr Kind wünscht sich selbst einen Ausweg aus der Situation?</li><li>-Sie sind bereit, aktiv daran zu arbeiten, Neues auszuprobieren?</li><li>-und (eigene) alte Verhaltensmuster durch neue zu ersetzen?</li></ul> <p>Gemeinsam erarbeiten sich die Eltern nach dem Ben-Furman-Programm eine eigene Fähigkeit. Dieses Programm können Sie dann mit Ihrem Kind durchspielen und dieses so bei der Bewältigung eines Problems unterstützen. In 2 freiwilligen Terminen erhalten Sie Unterstützung, wenn Sie Ihr Kind mit diesem Programm unterstützen wollen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>6 live-Termine</u> (plus 2-4 freiwillige Termine) mit max. 6 - 12 Eltern</li><li>- <u>Ort:</u> Karlsruhe (wird noch gesucht)</li><li>- <u>Termine:</u> 6x Freitags 10.11. - 22.12.2023, jeweils von 9:15 - ca. 12:15 Uhr <u>live</u> 4x Montags freiwillige Coachingtermine von 19:00 - 21:00 <u>online</u></li></ul>	<p>76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@dialog- weise.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer bei mir melden und erhalten dann weitere Informationen.</p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Maren de Klerk Systemische (Familien-) Therapeutin (SG) und Paartherapeutin (GiPP)</p>	<p><b>"Stärkungs-Samstag für Paare – Herausforderungen gemeinsam meistern" für Eltern-Paare (1 Live-Termin)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Würden Sie gerne zurück zu dem wohlthuenden Miteinander und der Freude, die Sie mit Ihrem/r Partner/in anfangs erlebt haben?</li><li>• Wünschen Sie sich, mit Ihrem/r Partner/in mehr an einem Strang zu ziehen?</li></ul> <p>In diesem Paar-Workshop wollen wir Sie dabei unterstützen, sich als Paar wieder anders zu erleben, um in ein stärkendes Miteinander zu kommen. Dazu wird es Impulse für den Alltag, kleine Inputs und Übungen zum Stärken der Ressourcen und zu einem Stress-freieren Umgang miteinander geben.</p> <p>- 1 Samstagvormittag zur Stärkung von Paaren - <u>Termin</u>: angedacht ist der 11.11.2023 vormittags sowie der 20.01.2023 - <u>Ort</u>: Paarberatungsstelle in der Nelkenstraße, Karlsruhe</p>	<p>76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@dialog-weise.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer bei mir melden und erhalten dann weitere Informationen.</p>
<p>Maren de Klerk Systemische Familientherapeutin (SG) und Paartherapeutin (GiPP)</p>	<p><b>"als Paar gestärkt gemeinsame Herausforderungen meistern" - Fortsetzung für Eltern-Paare (6 Termine live)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Haben Sie das Gefühl, dass Sie sich als Paar zunehmend aus dem Auge verlieren oder nebeneinander her leben?</li><li>• Haben Sie häufig Auseinandersetzungen mit Ihrer/m Partner/in und würden Sie gerne mehr an einem Strang ziehen?</li><li>• Würden Sie gerne zurück zu dem wohlthuenden Miteinander und der Freude, die Sie mit Ihrem/r Partner/in anfangs erlebt haben?</li></ul> <p>- 6 <u>Live-Termine</u> á 2-4 Stunden, 3-6 Paare - <u>Termine</u>: einmal im Jahr 2 Samstage und 4 Mittwoch-Abende von 19:00 - 22:00 Uhr Start voraussichtlich am 21.02.2024 - <u>Ort</u>: Paarberatungsstelle in der Nelkenstraße, Karlsruhe</p>	<p>76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@dialog-weise.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer bei mir <a href="#">melden</a> und erhalten dann weitere Informationen.</p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Maren de Klerk Systemische (Familien-) Therapeutin (SG) und Paartherapeutin (GiPP)</p>	<p><b>"Muss ich mir Sorgen um mich machen? - über Burnout, Erschöpfung und Hamsterräder"</b> <b>(online oder live)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Sehnen Sie sich dringend nach einer Auszeit?</li><li>-Fühlen Sie sich ständig müde, erschöpft und ausgelaugt oder als ob sie nur noch funktionieren?</li><li>-Fragen Sie sich, wann das endlich wieder aufhört und Sie Zeit für Erholung finden?</li><li>-Fragen Sie sich, ob das normal ist oder ob Sie sich ernsthaft Sorgen um sich machen sollten?</li></ul> <p>In diesen online-Workshop erhalten Sie Informationen über Anzeichen und Verlauf von Burnout sowie erste Hinweise darauf wie Sie dort wieder herauskommen können.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>2 Termine</u> (entweder beide online oder beide live)</li><li>- <u>Termine</u> voraussichtlich wieder ab April 2024</li></ul>	<p>76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@dialog- weise.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer bei mir melden und erhalten dann weitere Informationen.</p>
<p>Lighthouse Münzesheim</p> <p>Kirsten Katz Kinderkranken- schwester, STEP Elterntainerin, Heilpraktikerin (HPG)</p>	<p><b>STEP Online-Elternkurs</b></p> <p>STEP hilft Eltern, ein kooperatives, stressfreieres Zusammenleben in der Familie zu erreichen.</p> <p>Was können Eltern tun</p> <ul style="list-style-type: none"><li>... wenn Geschwister sich streiten?</li><li>... wenn Hausaufgaben ein Problem darstellen?</li><li>... wenn Kinder nicht ins Bett gehen wollen?</li><li>... wenn Kinder nicht Zuhause mithelfen?</li></ul> <p>Ich biete drei Kurse, für unterschiedliche Alter an. per ZOOM. Infos hierzu bitte direkt bei Frau Katz.</p>	<p>07250/929431 info@lighthouse-beratung.de <a href="http://www.lighthouse-beratung.de">www.lighthouse-beratung.de</a></p> <p>Kraichtal-Münzesheim</p>





**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>KarLa, Sarah-Isabel Schuler, Jugend- und Heimerzieherin mit systemischer Weiterbildung und zert. Yogalehrerin.</p> <p>Melanie Walter, M.A. Sozial- und Kindheitswissenschaftle rin</p>	<p><b>Mit Ruhe und Gelassenheit den Familienalltag meistern -</b> ein <b>online</b>-Kursangebot.</p> <p>Für Alleinerziehende und alle Eltern, die Lust haben, Wege aus der Stressspirale kennen zu lernen. Schwierige Zeiten ... viele Ungewissheiten fordern Sie als Eltern heraus. Kinderbetreuung und Schularbeiten, Beruf, Haushalt und viele weitere Aufgaben - und das Gefühl, das „nichts läuft zuhause“. Sie können nicht entspannen, sind gestresst, kaputt vom Tag. Ihr Stress und Ärger gehen auf Ihre Familie über. Sie reagieren gereizter, als Ihnen lieb ist. In diesem Kurs lernen wir, Stresssymptome zu benennen und Wege aus der Stressspirale zu finden.</p> <p>Wir schauen auf Alltagssituationen mit unseren Kindern, bei denen wir ungehalten reagieren und überlegen gemeinsam, wie wir diese Momente für alle Familienmitglieder entspannter lösen könnten. Wir üben uns in Aufmerksamkeit für uns selbst und dem kurzen, aber so hilfreichen Abgeben von Kontrolle. Der Austausch zwischen den Teilnehmern und Teilnehmerinnen kommt dabei nicht zu kurz. Wir freuen uns auf Sie und unsere gemeinsame Zeit - ganz stressfrei :).</p> <p>Wir freuen uns auf Sie und unsere gemeinsame Zeit - ganz stressfrei ☺.</p> <p>Wir laden Sie zu unserem Online-Kurs per Email ein. Wir benutzen BigBlueButton, ein deutsches Konferenztool, das auch viele Schulen nutzen. Sie brauchen einen Computer oder Laptop mit Kamera. Auf Tablet oder Handy können Sie evtl. nicht alle Übungen mitmachen.</p> <p>Anmeldungen und Informationen zum aktuellen Kurs entnehmen Sie bitte unserer Homepage: <a href="http://www.karla-ev.de">www.karla-ev.de</a> oder schreiben Sie uns direkt eine E-Mail an: <a href="mailto:kontakt@karla-ev.de">kontakt@karla-ev.de</a></p>	<p>KarLa - Sozialpäd. Hilfen für Familien Hauptstr. 80, 76297 Stutensee 07244/607520, <a href="mailto:kontakt@karla-ev.de">kontakt@karla-ev.de</a> <a href="http://www.karla-ev.de">www.karla-ev.de</a></p>
<p>Spielscheune Oberderdingen</p> <p>Petra Lehmann Einrichtungsleitung</p>	<p><b>-Wie bekomme ich alles unter einen Hut</b> Ein Angebot für <b>Alleinerziehende / Einelternfamilien</b> in der Spielscheune <b>Oberderdingen</b>.</p> <p><b>-Wir Mütter schaffen das!</b> Ein Angebot für <b>geflüchtete Frauen</b> in der Spielscheune <b>Oberderdingen</b>.</p>	<p>Spielscheune Oberderdingen Bremichstraße 1, 75038 Oberderdingen 07045/2006905 <a href="mailto:spielscheune@oberderdingen.de">spielscheune@oberderdingen.de</a></p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Psychologische Beratungsstelle e.V. Östringen</p> <p>Annika Neuffer, Sozialpädagogin</p>	<p><b>„Kleine Auszeit am Abend“ Online-Angebot für Alleinerziehende NEU im Programm</b></p> <p>Das Online-Angebot bietet eine Vernetzungsmöglichkeit für alleinerziehende Eltern. In den 75min gibt es Raum für Austausch und eigene Anliegen. Außerdem wird es kleine Inputs, Einheiten zu Körperwahrnehmung und Entspannungsübungen geben, um nach den Treffen wieder gestärkt in den Alltag zurückzukehren.</p> <p>Vor dem Treffen erhalten die TeilnehmerInnen ein kleines „Wohlfühlpaket“ per Post nach Hause.</p> <p>Umfang: 2 Termine, dienstags 20.30 - 21.45 Uhr Termine: 14.11.2023 und 12.12.2023 Gebühr: 10.00 €</p> <p>Anmeldung ist nur für beide Abende im Paket möglich. Bitte beim Anmelden die Mailadresse mit angeben.</p>	<p>Psychologische Beratungsstelle e.V. Östringen Ludwigsstraße 2 76684 Östringen Tel: 07253/24343 Kontakt@Beratungsstelle-Oestringen.de www.beratungsstelle-oestringen.de</p>
<p>Byrte Mayland Dipl.Pädagogin, Systemische Beraterin</p>	<p><b>Elternsein in Achtsamkeit - ein online-Angebot NEU im Programm</b></p> <p>Stressbewältigung und Selbstfürsorge für <b>Eltern von Kindern mit Herausforderungen</b></p> <p>Das Kursangebot ist eine Einladung für Eltern zum Innehalten, einen Schritt zurückzutreten und neue Energie zu sammeln für die Herausforderungen des Familienalltags. Es befähigt dazu, eigene Stressauslöser zu erkennen, zu verstehen und zu verändern.</p> <p>Achtsamkeitsübungen und Meditationen verhelfen zu mehr Gelassenheit und stärken das elterliche Selbstvertrauen. Es wird Handwerkszeug vermittelt, was mit in den Familienalltag genommen werden und diesen erleichtern kann.</p> <p>Kurstermine: bitte bei der Kursleitung erfragen</p>	<p>Byrte Mayland 0179 1469941 oder info@weitblick-coaching.net</p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Sabine Acker, Dipl. Sozialpädagogin, Mediatorin, KiB-Trainerin</p> <p>Kay Schuster, Dipl. Sozialpädagoge, systemischer Elterncoach, KiB-Trainer</p>	<p><b>Kinder im Blick - Online-Kursangebot</b></p> <p>Das Elterntraining Kinder-im-Blick unterstützt Väter und Mütter in <b>getrennter Elternschaft</b> dabei, die Herausforderungen der Folgen der <b>Trennung</b> zu bewältigen. Dabei richtet das Elterntraining den Fokus auf die besonderen Bedürfnisse des Kindes, auf die Selbstfürsorge der Mütter und Väter, sowie auf die Kommunikation/Kooperation mit dem anderen Elternteil.</p> <p>Es finden jeweils zwei parallel geführte Gruppen statt, so dass beide Elternteile in unterschiedlichen Gruppen teilnehmen können. Ein professionelles Zweier-Team leitet die 6 Abende.</p> <p>Weitere Informationen unter <a href="https://www.kinder-im-blick.de">https://www.kinder-im-blick.de</a> Dieser Kurs findet im Herbst online statt.</p>	<p>Elternkurse Heilbronn, Sabine Acker,  elternkurse-heilbronn@gmx.de</p>
<p>Leni Schütz, Diplom- Sozialpädagogin</p>	<p>"Alles ist anders" – <b>online Elternkurs Autismus</b></p> <p>Kinder mit <b>Autismus</b> nehmen anders wahr. Darum stellen sich für Eltern oft viele Fragen: Was kann ich tun, um unseren Alltag zu erleichtern? Wie mache ich es „richtig“? Warum ist mein Kind aggressiv und "frech"? Wie erkläre ich Freunden und Familie, was bei uns anders ist? Weitere Themen sind: Geschwisterkinder; Unterschiedliche Möglichkeiten zu kommunizieren; Kindergarten und Schule/ Lernen/ Rechtliche Überlegungen. Die Bedürfnisse und Fragen der Eltern stehen im Vordergrund.</p> <p>Nächster Kursstart: bitte bei Frau Schütz erfragen. Insgesamt 7 Termine: 6 Termine wöchentlich. Nach 6 Monaten: fresh-up 2 Stunden</p>	<p>leni.schuetz@loerrach-landkreis.de</p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Kursleiterin: Klaudia Riedel (Lehrkraft für Sonderpädagogik/ Traumapädagogin/Traumafachberaterin/ SAFE-Mentorin)</p>	<p><b>„Nein - Ich will aber nicht!!!“ Online NEU im Programm Kleinkinder</b> bindungsorientiert in herausfordernden Situationen begleiten</p> <p>Der Kurs richtet sich an Eltern in besonderen Lebenslagen von Kindern im Alter von 2 bis 5 Jahren. Im Zusammenleben mit Kleinkindern gibt es immer wieder sehr herausfordernde Situationen, insbesondere wenn das Kind seinen eigenen Willen und seine Selbstständigkeit entdeckt. Oft stehen die kindlichen Bedürfnisse den Bedürfnissen der Eltern gegenüber. Konflikte entstehen und wir fühlen uns als Eltern dann häufig hilflos und überfordert. Schnell greifen wir auf Erziehungsmaßnahmen wie Schimpfen, Drohen, Mahnen, Liebesentzug und Bestrafen zurück. Leider führt das meist nicht zu einer guten Lösung der Situation. Oft wird die Beziehung zu unserem Kind dadurch sehr belastet oder sogar geschädigt. Doch welche besseren Möglichkeiten gibt es?</p> <p>Der Kurs möchte Sie darin unterstützen,</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- eine gute Bindung zu Ihrem Kind aufbauen u auch in Konfliktsituationen aufrechterhalten zu können.</li><li>- Alternativen zum Schimpfen, Mahnen, Drohen und Bestrafen zu finden.</li><li>- bei Konflikten alle Bedürfnisse im Blick zu behalten.</li><li>- angemessene Regeln u. Konsequenzen einführen und aufrecht erhalten zu können.</li><li>- mit Ihrem eigenem Stressanstieg und Überforderung besser umgehen zu können.</li></ul> <p>In dem vierteiligen Kurs werden folgende Themen angesprochen:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Trotz- oder Autonomiephase?</li><li>- Bedürfnisse bei Kindern und Eltern</li><li>- Was ist für mich eine „gute“ Erziehung?</li><li>- Wie möchte ich Mutter oder Vater sein?</li><li>- Wie kann ich das Kind unterstützen, eine sichere Bindung aufzubauen?</li><li>- Welche Strukturen, Regeln und Konsequenzen braucht mein Kind?</li><li>- Was passiert bei Stress in uns?</li><li>- Wie kann ich mein Kind (auch in herausfordernden Situationen) gut begleiten?</li></ul> <p>Wann? 4x Samstag, Kurstermine bitte bei Frau Riedel erfragen.</p> <p>Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: Internetfähiges Endgerät mit Mikrofon und Kamera.</p>	<p>Anmeldung: Bitte melden Sie sich verbindlich per Mail oder telefonisch mit folgenden Angaben an: Name, Vorname, Adresse, Mailadresse und Telefonnummer.</p> <p>Mail: <a href="mailto:klaudia.riedel@gmx.de">klaudia.riedel@gmx.de</a> Telefon: 017640713411</p>
---	---	--



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>Simone Völker</p>	<p><b>STEP-Elternkurs – Online NEU im Programm</b> Eltern von Kindern von 3 -16 Jahren;</p> <p>Informationen zum STEP-Elterntraining: <a href="http://www.instep-online.de">www.instep-online.de</a>, donnerstags 19:30 – 21:30 Uhr Start-Termine erfragen Sie bitte bei nebenstehendem Kontakt</p>	<p>Anmeldung: Birgit Riedel.: 07456/795503 Mail: <a href="mailto:mgh.haiterbach@diakonie-nsw.de">mgh.haiterbach@diakonie-nsw.de</a></p>
<p>Anja Lehnertz-Hemberger, Hebamme</p>	<p><b>Startpunktcafé Waldbronn</b> <b>Treff für Schwangere und Familien</b> im Wanderheim Waldbronn.</p>	<p>Startpunktcafé <b>Waldbronn</b> Stuttgarterstr. 34, 76337 Waldbronn 0171 – 3476522</p>
<p>Sabine Schmitt, Erzieherin, systemische Beraterin, Seminarleiterin autogenes Training</p> <p>Nadine Pleli, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin</p>	<p><b>Fühlst du dich häufig wie eine Putzfrau, Köchin, Ärztin, Entertainerin... dann bist du wohl Mama und hier genau richtig!</b></p> <p>Austausch in der Gruppe Unterhaltung mit anderen Müttern Stärkung der Elternkompetenzen Zeit für Neues Erholung vom Alltag Individuelle Beratung Teamgeist, du musst nicht alles alleine machen</p> <p>In lockerer Atmosphäre und kleinen Gruppen (maximal 10 Teilnehmerinnen) bieten wir in diesem Kurs eine Auszeit aus dem Alltag sowie Zeit und Raum zum Austausch mit anderen Müttern. Montags jeweils von 9.30 bis 12.00 Uhr, 6 Vormittage Termine: erfragen Sie bitte bei den nebenstehenden Kontakten. Ort: Bruchsaler Str. 7a, 76356 <b>Weingarten</b></p>	<p>Sabine Schmitt 0152-54067389 <a href="mailto:s.schmitt79@web.de">s.schmitt79@web.de</a></p> <p>Nadine Pleli 0157-53365045 <a href="mailto:nadine-pleli@web.de">nadine-pleli@web.de</a></p>



**Landesprogramm STÄRKE**  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V.</p>	<p><b>Offener Treff für jung verwitwete Familien</b> Sonntage sind für uns Menschen (mit oder ohne Kinder), wenn der Tod die Partnerschaft beendet, häufig schwierig: während diese Tage früher durch Paar- und Familienzeit gemeinsam genutzt wurden, machen sie nach dem zu frühen Tod die Lücke besonders bewusst.</p> <p>Der <b>offene Treff für jung Verwitwete</b> ergänzt das bestehende Angebot für Trauernde und gibt die Möglichkeit, Kontakte zu weiteren Betroffenen herzustellen. Die Gruppe trifft sich miteinander und die Kinder werden betreut. Sie unternimmt etwas im Haus oder z.B. im angrenzenden Horbachpark, um so den Sonntagen Struktur geben. Dabei werden nicht nur typische Fragen zur Trauer, Bürokratie, Finanzen etc. aufgegriffen, sondern es entsteht eine gegenseitige Unterstützung um sich selbstständig dem neuen Alltag zu stellen. Die Treffen sind offen gestaltet und es fallen für die Teilnehmenden keine Kosten an.</p> <p>Der <b>offene Treff für jung Verwitwete mit und ohne Kinder aus dem Landkreis Karlsruhe und Umgebung</b> trifft sich <b>sonntags</b> im „effeff“, in der Regel am zweiten Sonntag im Monat von <b>15-18 Uhr</b>.</p>	<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V. Middelkerkerstr. 2 76275 <b>Ettlingen</b> 07243/12369 info@effeff-ettlingen.de www.effeff-ettlingen.de Um dem Thema Trauer auch in der Öffentlichkeit und Politik „eine Stimme“ zu geben, wird die Gruppe als Regionalgruppe des Vereins VIDU, einem bundesweiten Verein für jung verwitwete Menschen, geführt. Eine Mitgliedschaft ist aber keine Voraussetzung für die Teilnahme am offenen Treff. Mehr über VIDU unter <a href="https://www.verein-verwitwet.de/wir-sind-vidu/regionalgruppen/sued/karlsruhe">https://www.verein-verwitwet.de/wir-sind-vidu/regionalgruppen/sued/karlsruhe</a></p>
<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V.</p>	<p><b>Offener Treff für Eltern verhaltenskreativer Kinder NEU im Programm</b> „Was ist los mit meinem Kind? <b>ADHS? Autismus? Hochsensitivität?</b>“ Sie machen sich Gedanken oder Sorgen, warum das Verhalten Ihres Kindes anders ist? Die Erzieherinnen Ihres Kindes oder ein Bekannter haben Sie vielleicht darauf angesprochen, Ihr Kind diagnostizieren zu lassen? Oder Ihr Kind hat schon eine Diagnose erhalten und Sie fühlen sich alleine damit? Der Familienalltag mit Kindern kann sowohl eine Bereicherung als auch eine Belastung darstellen. Das ist ganz normal und wird vermutlich von vielen Eltern so ähnlich wahrgenommen. Hierbei spielen verschiedene Faktoren eine entscheidende Rolle. Mütter und Väter von Kindern mit Besonderheiten stehen zusätzlich vor großen Herausforderungen und fühlen sich gesellschaftlich kritisch beobachtet oder gar verurteilt und abgelehnt. Sie erkennen, dass Ihr Kind ein atypisches Verhalten zeigt und suchen nach Klarheit, Orientierung und Stärkung. Der regelmäßige Treff für Eltern verhaltenskreativer Kindern ist ein Ort der Akzeptanz und des Willkommens. Der Treff findet in einer entspannten Atmosphäre ohne Kinder statt und bietet Raum für</p>	<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V. Middelkerkerstr. 2 76275 <b>Ettlingen</b> 07243/12369 info@effeff-ettlingen.de www.effeff-ettlingen.de</p>



**Landesprogramm STÄRKE  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe**



Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.

	<p>Austausch und Entlastung. Hier können neue Kontakte mit Gleichgesinnten geknüpft und bei einer Tasse Tee oder Kaffee Ressourcen aufgebaut werden. In diesem geschützten Rahmen können alle Fragen und Gedanken ausgesprochen, Gefühle gelebt und neue Handlungskompetenzen erworben werden. Ein lösungsfokussierter, ganzheitlicher Blick einer professionellen, erfahrenen Fachkraft steht Ihnen unterstützend zur Seite. Die Themen ergeben sich situationsorientiert aus dem jeweiligen Bedarf der anwesenden Elternteile. Auch vorbereitete Themenschwerpunkte wie z.B. Werte-/Zieleorientierung, Biografiearbeit, Ressourcenaufbau, werden der Nachfrage entsprechend angeboten.</p> <p>Termine: einmal im Monat immer samstags von 15.00 bis 17.00 Uhr (Info beim effeff)</p>	
<p><b>Angebote der Stadt Karlsruhe</b></p>	<p>Siehe Homepage der Stadt Karlsruhe/Kinderbüro</p> <p><u><a href="#">STÄRKE-Angebote der Stadt Karlsruhe</a></u></p> <p>STÄRKE-Angebote der Stadt Karlsruhe können von Eltern aus dem Landkreis Karlsruhe ebenfalls gebucht werden.</p>	<p><b>Kinderbüro Karlsruhe</b></p> <p>0721 / 133-5111 oder Familientelefon: 0721 / 133-7240 kinderbuero@karlsruhe.de</p>

**Wenn Sie Eltern in einer besonderen Lebenssituation\* sind, können Sie an den STÄRKE-Kursen und Angeboten kostenlos oder mit einem geringen Eigenbeitrag teilnehmen:**

**\*Allein und getrennt erziehende Familien, neu zugewanderte Familien, prekäre finanzielle Situation, Mehrlingsgeburten, kinderreiche Familien, Pflege- oder Adoptivfamilien, Patchwork- oder Regenbogenfamilien, Familien mit besonderen Herausforderungen wie Krankheit, Sucht, Haft, Behinderung oder Trennung und Scheidung, Eltern, die in der Corona-Pandemie besonders belastet sind, usw.**

Programmkoordination: Katja Wittemann, Tel. 0721/936-68690, [staerke@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:staerke@landratsamt-karlsruhe.de)

Weitere Informationen unter: [www.staerke-landkreis-karlsruhe.de](http://www.staerke-landkreis-karlsruhe.de)



**Landesprogramm STÄRKE  
für Eltern und werdende Eltern in einer besonderen Lebenssituation  
im Landkreis Karlsruhe**



**Liebe (werdende) Eltern,  
nehmen Sie gerne Kontakt mit den Kursleitungen auf und erfragen Sie den Beginn des nächsten Angebotes.  
Für Eltern in einer besonderen Lebenssituation wird nur ein geringer Eigenbetrag erhoben oder die Angebote sind kostenlos.  
Die Kurse können Sie auch gerne als Selbstzahlerin/Selbstzahler besuchen.**

Weitere Ansprechpartner sind für Sie:

**Die Psychologischen Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche im Landkreis Karlsruhe.**

PB Graben-Neudorf	0721 936 6860
PB KA	0721 936 67050
PB Diak. Werk Bretten	07252 58690 - 0
PB Diak. Werk Bruchsal	07251 915 - 00
PB Caritas Ettlingen	07243 515 - 140
PB Östringen	07253 243 - 43

**Landratsamt Karlsruhe Beratungsstelle Frühe Hilfen**

- kostenfreie Beratung für werdende Eltern und Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern (0-3 Jahre)

Die Beratung erfolgt aktuell per E-Mail, Telefon - oder Videokonferenz zu vielfältigen Themen wie z.B. frühkindliche Entwicklung, Schlafen, Schreien, Ernährung, Trotz, Geschwisterrivalität, Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag...

Alle Informationen erhalten Sie auf der Frühe Hilfen Homepage: [www.landkreis-karlsruhe.de/frühe\\_hilfen](http://www.landkreis-karlsruhe.de/frühe_hilfen)