



**Landesprogramm STÄRKE
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe**



Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

AnbieterIn	Angebot	Ansprechpartner/in	Kontakt / Anmeldung
Eva Vetter Pädagogin, Erziehungsberaterin, Eltern-, Säuglings- und Kleinkindberaterin, PEKiP- Gruppenleiterin und Gordon- Familientrainerin	<p>Das Gordon Familientraining – ein Onlinekurs</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.</p> <p>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.</p> <p>Die Kurse finden an 7 Abenden jeweils von 20 – 22.30h über das Programm „zoom“ statt. Die Voraussetzung ist ein Laptop, Tablett, PC mit Webcam oder Smartphone.</p>	Frau Vetter	<p>Weierbergstraße 4a 76646 Bruchsal Tel.: 07251/930742 vetter.eva@gmx.net www.vetter-bruchsal.de</p>

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Eva Vetter Pädagogin, Erziehungsberaterin, Eltern-, Säuglings- und Kleinkindberaterin, PEKiP- Gruppenleiterin und Gordon- Familientrainerin</p>	<p>Telefonische Beratung für Alleinerziehende Das Angebot richtet sich an Alleinerziehende, die im herausfordernden Erziehungsalltag</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfach mal ein Ohr brauchen, das ihnen zuhört... • in einer Situation stecken und nicht mehr weiter wissen... • nur mal darüber sprechen möchten, was sie gerade beschäftigt. • Informationen und Hilfe brauchen. • neue Formen der Kommunikation kennen lernen möchten. • Einschlafprobleme bei ihren Babys und Kleinkindern haben. <p>Insbesondere kann ich Sie bei allen Fragen rund um Babys und Kleinkinder oder im Erziehungsalltag beraten und unterstützen. Die kostenlose Beratung kann telefonisch oder per Zoom durchgeführt werden. Rufen Sie mich an oder schreiben Sie mir eine Mail, damit wir einen Gesprächstermin vereinbaren können. Aus der telefonischen Beratung soll in den nächsten Monaten ein offener Treff für Alleinerziehende im Haus der Begegnung in Bruchsal aufgebaut werden.</p>	<p>Frau Vetter</p>	<p>Weiberbergstraße 4a 76646 Bruchsal Tel.: 07251/930742 vetter.eva@gmx.net www.vetter-bruchsal.de</p>
<p>Caritasverband Ettlingen e.V.</p>	<p>Wie umarme ich einen Kaktus? – Elternsein in der Pubertät</p>		<p>07243/515-140 pb@caritas-ettlingen.de</p> <p>Der Kurs findet im Bürgertreff Fürstenberg, 76275 Ettlingen statt</p>

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Diakonisches Werk Bruchsal</p>	<p>Telefon- und Videoberatung für Alleinerziehende Informationen über soziale und rechtliche Ansprüche</p> <p>Familienalltag, Erziehung, Arbeitszeiten und seit neuestem Homeschooling und insbesondere die Sicherung des Lebensunterhaltens stellen Alleinerziehende vor besondere Herausforderungen. Das monatliche Budget ist in der Regel ein Mix aus verschiedenen Einkünften, möglichem Erwerbseinkommen oder Arbeitslosengeld I oder II und staatlichen Leistungen wie Kindergeld, Wohngeld, Kinderzuschlag, Unterhalt, Elterngeld, Zuschüssen zum Kindergartenbeitrag und Unterstützung bei Krankheit des Kindes. In der Telefon- oder Online-Beratung bieten wir Ihnen in einem Gespräch Informationen und Unterstützung über ihre persönlichen und gesetzlichen Ansprüche und mögliche soziale Hilfen an. Die Beratung unterliegt Schweigepflicht. Rufen Sie uns gerne an unter 07251 9150-0 oder schicken uns eine E-Mail: bruchsal@diakonie-laka.de, Wir melden uns bei Ihnen und vereinbaren einen Termin.</p>	<p>Frau Bardua und Kolleginnen</p>	<p>Wörthstr. 7 76646 Bruchsal</p> <p>Tel.: 07251/9150-0 bruchsal@diakonie-laka.de</p>
<p>Diakonisches Werk Ettlingen</p>	<p>Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ in Ettlingen 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>Frau Maierhofer-Edele</p>	<p>0721/822208 www.kinderschutzbund- karlsruhe.de</p> <p>Der Kurs findet statt bei: Diakonisches Werk Ettlingen Scheune Pforzheimer Str. 31 76275 Ettlingen</p>

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Monika Meingassner mit Team</p>	<p>Familydays – gemeinsame Zeit für Alleinerziehende online oder je nach Möglichkeit im Wald in St. Leon Rot</p> <p>Wofür schlägt mein Herz? Was geht mir durch den Kopf? Was tut mir gut?</p> <p>Wie halte ich Körper und Seele gut in Einklang? Was brauche ich gerade jetzt, um meine Seele baumeln zu lassen? Ressourcen - wie und wo finde ich sie in diesen besonderen Zeiten?</p> <p>Wir wollen uns Zeit dafür nehmen, ein offenes Ohr füreinander haben und über den Alltag sprechen. Wir suchen gemeinsam für mich – und für meine Familie – Gutes und Stärkendes.</p> <p>Bei Interesse und Anmeldung wenden Sie sich an Monika Meingassner, . Tel. 06221 3288549 oder per Mail: andereart@kommonikativ.de</p> <p>Wir freuen uns auf Sie, Ihr Kind und auf unsere gemeinsame Zeit.</p>	<p>Frau Meingassner</p>	<p>Monika Meingassner 0721 17477942 www.kommonikativ.de</p>
--	---	-------------------------	--



**Landesprogramm STÄRKE
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe**



**Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis
wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.**

<p>Maren de Klerk Elternkursleiterin KESS erziehen® und Starke Eltern - Starke Kinder® Systemische Familientherapeutin (SG)</p>	<p>Elterngespräche / Beratung für herausgeforderte Eltern</p> <p>Wenn es Ihnen als Eltern nicht gut geht, können Sie auch nicht so gut für Ihre Kinder da sein.</p> <p>Darum wendet sich das Elterncoaching an alle Eltern, die sich zur Zeit belastet, herausgefordert, sehr gestresst, niedergeschlagen oder anderweitig nicht wohl fühlen – egal ob Corona-bedingt oder aufgrund von anderen Belastungen, z.B.</p> <ul style="list-style-type: none">- Schwierigkeiten der Kinder in KiTa / Schule oder auch zu Hause- Belastungssituationen durch Stress im Beruf, Trennung, pubertierende Kinder, u.a.- hohe Beanspruchung, z.B. durch Doppelbelastung (Beruf und Kinder), Zwillinge / Mehrlinge, kranke Angehörige, Unfall oder Tod von nahestehenden Personen, usw. <p>Sie können sich gerne an mich wenden. Möglich sind Telefongespräche, E-Mail-Beratung, Skype-Gespräche. Für eine Terminvereinbarung einfach Kontakt per Mail aufnehmen oder auf den Anrufbeantworter sprechen.</p>	<p>Frau de Klerk</p>	<p>Hertzstraße 48 76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@gmx.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer anmelden und erhalten dann weitere Informationen.</p>
---	--	----------------------	---



**Landesprogramm STÄRKE
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe**



**Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis
wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.**

<p>Maren de Klerk Elternkursleiterin KESS erziehen® und Starke Eltern - Starke Kinder® Systemische Familietherapeutin (SG)</p>	<p>erMUTigung - liebevoll und konsequent - Online-Elternkurs</p> <ul style="list-style-type: none">- Wünschen Sie sich einen entspannteren Alltag mit Ihrem Kind?- Belasten das ständige Rumgeschreie oder die dauernden Diskussionen die Stimmung zu Hause sehr?- Wollen Sie verstehen, warum Ihr Kind 'stört'?- Wollen Sie Anregungen wie Sie anders reagieren können?- Fragen Sie sich bei all dem Stress im Alltag: Und wo bleibe ich selbst?- Wollen Sie sehen, dass Sie mit diesen alltäglichen Kämpfen nicht alleine dastehen? <p>Dieser Kurs wird mit 4 - max. 6 Personen online stattfinden. 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.</p> <p>Live-Kurs mittwochs/montags 16.30 – 19.15, 22.09. - 25.10. (FZ Thomas-Mann-Str.) online-Kurs montags 19.45 – 22:00, evtl. 08.11. - 13.12.21</p>	<p>Frau de Klerk</p>	<p>Hertzstraße 48 76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@gmx.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer anmelden und erhalten dann weitere Informationen.</p>
--	---	----------------------	---

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Maren de Klerk Elternkursleiterin KESS erziehen® und Starke Eltern - Starke Kinder® Systemische Familientherapeutin (SG)</p>	<p>„Wege aus der Brüllfalle" - online-Meeting</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was kann ich tun, wenn mein Kind nicht macht, was es soll? • Möglichkeiten zu De-Eskalation und Prävention für angespannte Situationen • Wie kann ich die Situation entschärfen, wenn mein Kind „hochgeht“ (oder ich)? • Ausstiegsmöglichkeiten aus Machtkampf & Co. <p>"Grenzen und Regeln, die von Kindern akzeptiert werden (können)" - online-Meeting</p> <ul style="list-style-type: none"> • Warum hält sich mein Kind nicht an bestimmte Regeln? • Wie kann ich die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass das Kind sich daran hält? • Ich möchte nicht drohen oder strafen –aber was dann? <p>alle online-Meetings: - für 3 – max. 6 Personen - neben Inputs zum Thema ist Zeit für einen Austausch der Teilnehmenden - nach den Treffen ist ½ Stunde Zeit, um individuelle Fragen an die Kursleitung zu stellen - findet über Zoom statt</p> <p>Nächste Termine: Wege aus der Brüllfalle: Mo 11.10., 17-19 Uhr Grenzen setzen: Mo 04.10., 17-19 Uhr</p>	<p>Frau de Klerk</p>	<p>Hertzstraße 48 76187 Karlsruhe 0721 / 499 06 48 maren.deklerk@gmx.de</p> <p>Sie können sich einfach per Mail mit Name, Adresse und Telefonnummer anmelden und erhalten dann weitere Informationen.</p>
---	--	----------------------	---

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V.	EIBa-Kursprogramm für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr 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.	Frau Benazzouz	effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V. Middelkerkerstr. 2 76275 Ettlingen 07243/12369 info@effeff-ettlingen.de www.effeff-ettlingen.de
gSofa	telefonische Sprechstunde zum Thema Eltern und Babys und Kleinkinder und Erziehung an: mittwochs und freitags von 8:30 und 9:30 Uhr, oder nach Bedarf auch auf Anrufbeantworter sprechen und um Rückruf bitten.	Frau Lorinser	gSofa Bachstraße 35, 76287 Rheinstetten Mobil: 0170 6213462 info@gsofa.de
Familienraum Karlsbad	Rund ums Baby – online Im Mittelpunkt dieses Angebotes steht die Bindung zwischen Eltern und Baby. Online-Meetings für ca. 6 Personen. Hier können sich alle Teilnehmer*innen sehen, ihre Fragen stellen, miteinander interagieren, dazu kommt natürlich der jeweils thematische Input von Frau Nyhuis mit entsprechender Moderation Online-Meetings zum Thema: Windelfrei / Abschied von der Windel / Babyzeichen / Schlaf Kindlein schlaf	Frau Nyhuis	Hauptstr. 29 76307 Karlsbad Mobil: 0160 99489846 familienraum-karlsbad@gmx.de www.familienraum-karlsbad@gmx.de

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Lighthouse Münzesheim</p> <p>Kirsten Katz Kinderkrankenschwester, STEP Elterntainerin, Heilpraktikerin (HPG)</p>	<p>STEP Online-Elternkurs</p> <p>STEP hilft Eltern, ein kooperatives, stressfreieres Zusammenleben in der Familie zu erreichen.</p> <p>Was können Eltern tun ... wenn Geschwister sich streiten? ... wenn Hausaufgaben ein Problem darstellen? ... wenn Kinder nicht ins Bett gehen wollen? ... wenn Kinder nicht Zuhause mithelfen?</p> <p>Ich biete drei Kurse, für unterschiedliche Alter an. per ZOOM.</p> <p>Infos hierzu bitte direkt bei Frau Katz.</p>	<p>Frau Katz</p>	<p>07250/929431 info@lighthouse-beratung.de www.lighthouse-beratung.de</p> <p>Kraichtal-Münzesheim</p>
<p>Ingrid Wiesler-Sartorius Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Familienberaterin und Elternkursleiterin</p>	<p>Elternberatung</p> <p>Die telefonischen Sprechzeiten können beispielsweise dafür genutzt werden, hilfreiche Strategien im Umgang mit der aktuell herausfordernden Familienzeit zu bekommen oder für Konflikte in der Familie, auch mit dem Partner/in. Es kann aber auch um spezielle Stresssituationen mit den Kindern gehen oder um allgemeine Alltagssituationen.</p> <p>Nehmen Sie dazu per Mail oder Telefon Kontakt zu mir auf.</p>	<p>Frau Wiesler-Sartorius</p>	<p>Ingrid Wiesler-Sartorius 76646 Bruchsal 07251 / 7248989 Mobil: 0176-45751427 ingrid.wiesler@arcor.de</p>



**Landesprogramm STÄRKE
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe**



**Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis
wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.**

<p>Alexander Sauer, Psychoziale Beratung M.A., Systemischer Berater (DGSF), Kindheitspädagoge B.A., Master of Music, Dipl.- Orchestermusiker</p>	<p>Mit sich selbst befreundet sein“</p> <p>Selbstfürsorge und Achtsamkeit für Eltern - Ein Praxiskurs. Was & Wofür? Ein Kursangebot für Eltern, um sich selbst im oftmals stressigen Alltag etwas Gutes zu tun, neue Ideen zur Selbstfürsorge zu bekommen oder bereits Bekanntes aufzufrischen sowie um sich kleine Auszeiten und Inseln der Entspannung im herausfordernden Erziehungs- und Beziehungsalltag zu gönnen. Wir entdecken und beleuchten individuelle Kraftquellen und reflektieren unterschiedliche Aspekte, welche für eine achtsame Lebensführung hilfreich sind und zu innerer Ausgeglichenheit beitragen.</p> <p>Hochsensibilität bei Kindern - Online-Infoveranstaltung</p> <p>-Ist Ihr Kind schnell überfordert von Sinneseindrücken, Informationen und Reizen? -Zeigt es häufig Reaktionen, die Sie nicht so recht einordnen oder nachvollziehen können? -Ist es sehr feinfühlig und lebt manchmal scheinbar in seiner eigenen Welt? Möglicherweise könnte der Begriff der Hochsensibilität helfen, Ihr Kind und seine besonderen Bedürfnisse besser zu verstehen und einzuordnen. An zwei Abendterminen erhalten Sie einen Überblick darüber, was man unter Hochsensibilität versteht und welche besonderen Bedürfnisse damit zusammenhängen. Außerdem steht die Frage im Zentrum, was Ihnen und Ihrem Kind helfen kann, gelassener durch den Alltag zu kommen. Kursleitung: Petra Daiber und Alexander Sauer Bei Interesse können weitere, vertiefende Termine angeboten werden.</p>	<p>Herr Sauer</p>	<p>Psychologische Beratungsstelle e. V. Ludwigsstraße 2 76684 Östringen 07253 / 24343 sauer@beratungsstelle- oestringen.de</p>
--	---	-------------------	---



Landesprogramm **STÄRKE**
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe



Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

Dorothea Stritt	-KESS erziehen – von Anfang an Für Väter und Mütter mit Kindern von 0-3 Jahren Eine Bindung zu den engsten Bezugspersonen ist die wichtigste Grundlage für eine gesunde Entwicklung eines Kindes – sowohl körperlich als auch seelisch. Aufgrund dieser sicheren Bindung kann das Kind neugierig die Welt erkunden.	Frau Stritt	07251/303810 familiestritt@t-online.de
Petra Prell-Lang, Diplom-Psychologin, Systemische Familientherapeutin (SG)	Gestärkt durch herausfordernde Zeiten - Ein Kursangebot für Eltern Die Anforderungen, die alltäglich an Eltern gestellt werden – wie zuletzt und aktuell durch die Corona-Pandemie – ändern sich. Vieles ist immer wieder ungewiss, muss aufs Neue bedacht und geplant werden. Im Kurs werden Methoden vorgestellt, die Eltern einsetzen können, um sich in dem derzeit ständig verändernden Alltag bewusster und flexibler auf neue Situationen einzustellen. Sie erfahren, wie sie zuversichtlich durch unsichere Zeiten gehen können, ohne dass Angst sie in ihren Fähigkeiten, sich strategisch anzupassen, blockiert. Angesprochen werden u.a. folgende Themen: -Reflektion der persönlichen Gestaltungsmöglichkeiten für den Umgang mit der aktuellen Krisensituation -Reflektion persönlicher Krisenbewältigungsmuster mit Blick auf Stärkung funktionaler Strategien -Stärkung des Selbstmanagements und der eigenen Handlungsfähigkeit -Umwandlung Stress auslösenden Situationen in Kompetenz-Kräfte -Gute Entscheidungen in schwierigen Zeiten Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, sich über aktuelle Themen auszutauschen und persönliche Erfahrungen und Ideen einzubringen. Das Kursangebot umfasst 3 Termine in der PB Östringen	Frau Prell-Lang	Psychologische Beratungsstelle e. V. Ludwigsstraße 2 76684 Östringen 07253 / 24343 pbs-oestringen@t-online.de



**Landesprogramm STÄRKE
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe**



**Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis
wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.**

Kirsten Riedelbauch	ADHS Elternttraining nach dem OptiMind Konzept - Online-Kurs 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. 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. So können Sie durch geeignetes Verhalten dem Kind gegenüber den eigenen Stresspegel senken und das Vertrauen in Ihre eigene Handlungsfähigkeit wieder gewinnen.	Frau Riedelbauch	07255/768262 kirsten.riedelbauch@ googlemail.com
------------------------	---	------------------	--

Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>KarLa, Weingarten, Sarah-Isabel Schuler, Jugend- und Heimerzieherin mit system. Weiterbildung und zert. Yogalehrerin. hat in mehreren Einrichtungen und lange Zeit im Schülerhort gearbeitet.</p> <p>Melanie Walter, M.A. Sozial- und Kindheitswissenschaftlerin, hat in verschiedenen Kindergärten gearbeitet und Familien in belasteten Situationen in der Sozialpädagogischen Familienhilfe unterstützt.</p>	<p>Entspannte Eltern – glückliche Kinder Online-Kurs</p> <p>Schwierige Zeiten ... während der Corona- Pandemie sind wir als Eltern besonders gefordert. Die Kinder beim Homeschooling unterstützen, den Haushalt erledigen, eventuell der Arbeit nachgehen und trotzdem „läuft nichts 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.</p> <p>In diesem Kurs lernen wir, Stresssymptome zu benennen und Wege aus der Stressspirale zu finden. 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.</p> <p>Für Alleinerziehende und alle Eltern, die Lust haben, Wege aus der Stressspirale kennen zu lernen.</p> <p>Wir freuen uns auf Sie und unsere gemeinsame Zeit - ganz stressfrei 😊.</p> <p>Wir benutzen BigBlueButton als Video-Plattform und senden Ihnen rechtzeitig den Link und eine einfache Anleitung zur Teilnahme zu. So klappt es bestimmt mit unserer Videokonferenz. Gut wäre ein Laptop oder ein Computer.</p>	<p>Frau Schuler und Frau Walter</p>	<p>KarLa - Sozialpäd. Hilfen für Familien Heidengass 10 76356 Weingarten 07244/607520, Sarah-Isabel.Schuler@karla-ev.de www.karla-ev.de</p>
---	---	-------------------------------------	--



**Landesprogramm STÄRKE
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe**



Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Irmgard Karcher, Erzieherin, Elternbegleiterin, Kursleiterin von Eltern-Kind-Kursen</p>	<p>Die Kuschelbären Singen, Spielen, Bewegen.</p> <p>Der Kurs richtet sich an Eltern mit ihren Kindern im Alter von ca. sechs Monaten bis drei Jahren. 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. Im Moment finden die Kurse online per Zoom statt. Weitere Informationen zu den aktuellen Kursen finden sie auf der Webseite www.baerenkurse.de</p>	<p>Frau Karcher</p>	<p>Frau Karcher 07243/572863 (abends) oder per Email irmikarcher@icloud.com oder irmi@baerenkurse.de</p>
--	--	---------------------	---



Landesprogramm **STÄRKE**
für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe



Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.
Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V.</p>	<p>Offener Treff für jung verwitwete Familien</p> <p>Sonntage sind für uns Menschen (mit oder ohne Kinder), die ihren Lebenspartner verloren haben, häufig schwierig: während diese Tage früher durch Paar- und Familienzeit gemeinsam genutzt wurden, machen sie nach dem zu frühen Tod die Lücke besonders bewusst. Aus diesem Grund bildete sich im Sommer 2020 der offene Treff für jung Verwitwete, der das bestehende Angebot für Trauernde ergänzen und uns die Möglichkeit geben soll, Kontakte zu weiteren Betroffenen herzustellen. Wir wollen aktiv miteinander etwas im Haus oder z.B. im angrenzenden Horbachpark unternehmen und so den Sonntagen Struktur geben. Dabei greifen wir nicht nur typische Fragen zur Trauer, Bürokratie, Finanzen etc. auf, sondern helfen uns gegenseitig dabei, uns selbstständig dem neuen Alltag zu stellen.</p> <p>Die Treffen sind offen gestaltet und es fallen für die Teilnehmenden keine Kosten an. Für die Kinder planen wir eine Kinderbetreuung. So können die Erwachsenen sich in dieser Zeit gut austauschen. In regelmäßigen Abständen wollen wir außerdem auch Gäste zu spezifischen Themen aus der Gruppe einladen.</p> <p>Aufgrund der aktuellen Lage findet der Treff digital statt, Informationen und Anmeldung bei: Carolin March carolin.march@verein-verwitwet.de Elke Maushart elke.maushart@verein-verwitwet.de</p>	<p>Frau Maushart</p>	<p>effeff Ettlinger Frauen- und Familientreff e.V. Middelkerkerstr. 2 76275 Ettlingen 07243/12369 info@effeff-ettlingen.de www.effeff-ettlingen.de</p>
--	--	----------------------	--



Landesprogramm STÄRKE für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe



Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.

Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

<p>Familienzentrum Villa Federbach, Malsch</p>	<p>Zuletzt ein Tipp aus dem Familienzentrum Malsch: Infos zu Familienthemen:</p> <p>FamliF, das sind kleine zufälligen Begegnungen, kurze Gespräche zwischen Tür und Angel, so wie es sich in einem Familienzentrum gehört. Das neue Format mit Herz vom Familienzentrum Villa Federbach in Malsch möchte informieren, vorstellen und sich immer wieder mit neuen Gesichtern und Themen zeigen. Hierzu werden aus den verschiedensten Bereichen fachbezogene Gäste eingeladen.</p> <p>Wir wünschen gute Unterhaltung und freuen uns über ein Feedback sowie einem Daumen hoch. Wer uns abonnieren mag, darf das auch gerne tun.</p> <p><u>Infos zu Familienthemen FamliF</u></p>	<p>Frau Rübenacker</p>	<p>Familienzentrum Malsch Adolf-Kolping-Straße 45 76316 Malsch 07246/944153 fz.malsch@awo-ka-land.de www.awo-ka-land.de</p> <p>in Trägerschaft der: Soziale Dienste gGmbH Prinz-Wilhelm-Straße 3 76646 Bruchsal</p>
<p>Angebote der Stadt Karlsruhe</p>	<p>Siehe Homepage der Stadt Karlsruhe/Kinderbüro</p> <p><u>STÄRKE-Angebote der Stadt Karlsruhe</u></p> <p>STÄRKE-Angebote der Stadt Karlsruhe können von Eltern aus dem Landkreis Karlsruhe ebenfalls gebucht werden.</p>	<p>Kinderbüro Karlsruhe</p>	<p>Südenstraße 42 76135 Karlsruhe 0721 / 133-5111 Oder Familientelefon: 0721 / 133-7240 kinderbuero@karlsruhe.de</p>



Landesprogramm STÄRKE für Eltern und werdende Eltern im Landkreis Karlsruhe



Liebe Eltern in einer besonderen Lebenssituation*,
unsere Kurse, Offenen Treffs und Familienbildungsfreizeiten können aktuell aufgrund der Corona-Pandemie leider nur eingeschränkt stattfinden. Bis wir wieder durchstarten können, haben wir auch kostenlose telefonische oder digitale Angebote für Sie.

Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Fragen beantworten oder Ihnen Tipps geben. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf, wir sind gerne für Sie da.

Wenn Sie Eltern in einer besonderen Lebenssituation sind, können Sie an den STÄRKE-Kursen und Angeboten kostenlos teilnehmen:

***Alleinerziehende, 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.**

Programmkoordination: Katja Wittemann, Tel. 0721/936-68690, staerke@landratsamt-karlsruhe.de

Weitere Informationen unter: **www.staerke-landkreis-karlsruhe.de**

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/fruehe_hilfen