

Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen

Kinder im Blick – ein Kurs für Eltern in Trennung

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für die Kinder. Sie brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung, um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt gut zu bewältigen. Das ist für die meisten Eltern nicht leicht. Finanzielle Probleme, Konflikte und Stress fordern Kraft, Zeit und Nerven, häufig auf Kosten der Kinder, aber genauso oft auf Kosten des eigenen Wohlbefindens.

Der Kurs wird von einem professionellen Zweierteam geleitet, wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt, sodass beide Eltern an unterschiedlichen Abenden teilnehmen können. Das Gelernte kann zu Hause, mit Hilfe einer Elternmappe vertieft werden.

Beginn: Nach Rücksprache mit dem Kursleiter

Dauer: 6x jeweils von 17:30 – 20:30Uhr

Anmeldung: Caritasverband Sigmaringen, Erziehungsberatungsstelle, Tel: 07571-730160

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Erziehungsberatungsstelle, Fidelisstraße 1, 72488 Sigmaringen

Elternbildungskurs: Fit für die Schule – Kinder im letzten Kindergartenjahr unterstützend zur therapeutischen Gruppe für Vorschulkinder an der Erziehungsberatungsstelle

Das letzte Kindergartenjahr ist sowohl für die Kinder als auch für die Eltern mit viel Spannung, Nervosität, Erwartungen, Vorfreude aber auch Abschieden verbunden. Ein Abschnitt geht zu Ende und ein wichtiger, neuer Lebensabschnitt beginnt.

In dieser Zeit richtet sich der Blick vermehrt auf die bereits erlernten Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kompetenzen der Kinder. Hierbei werden auch Bereiche, in denen noch Förderbedarf besteht aufgedeckt. Für die Eltern bedeutet dies oft eine Gradwanderung zwischen Förderung und Bestärkung der Kinder ohne dabei in die Falle der Überförderung zu geraten.

Um Eltern und Kinder in dieser chancenreichen Phase zu begleiten, bietet die Erziehungsberatungsstelle ein Kurspaket für Kinder und Eltern an. Eltern haben die Möglichkeit, parallel zum Kurs ihrer Kinder, ebenfalls an einem Kurs teilzunehmen.

Beginn: Bitte bei der Erziehungsberatungsstelle erfragen

Dauer: 5x jeweils 2 Stunden

Anmeldung: Caritasverband Sigmaringen, Erziehungsberatungsstelle, Tel: 07571-730160

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Erziehungsberatungsstelle, Fidelisstraße 1, 72488 Sigmaringen

Trennung – Krise oder Chance

Wenn eine Partnerschaft zerbricht, ist dies mit Abschied und Schmerz verbunden. Aber auch mit Aufbruch und neuen Chancen. Es ist wohl kein Zufall, dass im Chinesischen der Begriff für Krise, wei-ji, aus den beiden Schriftzeichen für „Gefahr“ und „gute Gelegenheit“ zusammengesetzt ist. Um Eltern und Kinder in dieser chancenreichen Phase zu begleiten, bietet die Erziehungsberatungsstelle ein Kurspaket für Kinder und Eltern an. Eltern haben die Möglichkeit, ergänzend zum Kurs ihrer Kinder ebenfalls an einem Kurs teilnehmen. Dies fördert den Gleichklang im sich neuorientierenden Familiensystem. In der Elterngruppe können beide Elternteile zeitgleich teilnehmen.

Beginn: Auf Anfrage

Dauer: 4x jeweils 2 Stunden

Anmeldung: Caritasverband Sigmaringen, Erziehungsberatungsstelle, Tel: 07571-730160

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Erziehungsberatungsstelle, Fidelisstraße 1, 72488 Sigmaringen

KESS-erziehen – Von Anfang an Stärkt die Eltern-Kind-Beziehung für Väter und Mütter von Kindern im 1. bis 3. Lebensjahr

KESS-erziehen eröffnet Vätern und Müttern von Anfang an Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander.

In 5 Einheiten werden folgende Themen vertieft:

- Ein neues Leben beginnt – Beziehung aufbauen
- Ermutigt die Welt erkunden – Selbstständigkeit fördern
- Kompetenz erleben – Konfliktsituationen kess angehen
- Selbstbewusst werden – Für sich sorgen
- Ich bin ich – Gemeinschaft leben

Kess-erziehen vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag.

Beginn: Auf Anfrage

Dauer: 5x jeweils 2,5 Stunden 18:00-20:30Uhr

Anmeldung: Caritasverband Sigmaringen, Erziehungsberatungsstelle, Tel: 07571-730160

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Erziehungsberatungsstelle, Fidelisstraße 1, 72488 Sigmaringen

KESS-erziehen – Weniger Stress. Mehr Freude.

Ein Kurs für Eltern die mehr wollen!

für Väter und Mütter von Kindern zwischen 3 und 11 Jahren

Kess-erziehen eröffnet Müttern und Vätern Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander. Das Familien-Gefühl stärken, respektvoller Umgang miteinander, die Selbstverantwortung des Kindes fördern, gelassener reagieren, Grenzen setzen und vieles mehr sind Themen die Eltern beschäftigen.

Immer mehr Eltern suchen nach Alternativen zu ihren Erziehungsmethoden. Wie dies funktionieren kann, versucht der Kurs in fünf Einheiten zu vermitteln.

- Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
- Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- Konflikte entschärfen – Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

Beginn: Auf Anfrage

Dauer: 5x jeweils 2,5 Stunden 18:00-20:30Uhr

Anmeldung: Caritasverband Sigmaringen, Erziehungsberatungsstelle, Tel: 07571-730160

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Erziehungsberatungsstelle, Fidelisstraße 1, 72488 Sigmaringen

Pferde STÄRKE

... ein ganz besonderes Abenteuer für Eltern und Kinder! Ohne Vorkenntnisse, aber mit Spaß und Freude am gemeinsamen Umgang mit Pferden, gibt es viel Neues zu entdecken, zu erleben und zu erfahren. Wir freuen uns auf Euch!

Beginn: Nach Rücksprache mit der Kursleiterin

Dauer: 7x, jeweils ca. 2 Stunden

Anmeldung: Pferdehof Paradis´le, Tel: 07574-932290

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Pferdehof Paradis´le, Inneringerstraße 20, 72513 Hettingen

Gemeinsam gut starten - Glückliche Eltern, glückliche Kinder

Auszeit im Alltag, Impulse zu erziehungsrelevanten Themen, Austausch, Perspektivenwechsel, Kontaktmöglichkeit, Stärkung der Erziehungsrolle, Förderung der Selbstsicherheit und Reflexionsfähigkeit

Beginn: genauer Termin auf Anfrage

Dauer: 8x mittwochs, jeweils von 9:00 – 11:00Uhr

Anmeldung: Susanne Kopp (Erzbischöfliches Kinderheim Haus Nazareth), Mobil: 0176-63401380, E-Mail: et.kunterbunt@haus-nazareth-sig.de

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Frauenbegegnungszentrum Sigmaringen, Bahnhofstraße 3, 72488 Sigmaringen

Massage für Kinder mit besonderen Bedürfnissen

Für Eltern mit Kindern vom Babyalter bis 12 Jahre. Der Kurs richtet sich an Eltern mit Kindern mit Seh- oder Hörschädigung, mit einer körperlichen oder geistigen Behinderung, aber auch an Kinder mit Epilepsie oder Autismus, sowie Frühchen.

Beginn: Nach Rücksprache mit der Kursleiterin

Dauer: 8x, jeweils zwei Stunden

Anmeldung: Ingrid Mathilde Sachs, Tanz-, ADS/ ADHS- Therapeutin, Tel: 0751-95860507

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Lassbergschule Sigmaringen, Bilharzstr. 16, Rhythmikraum (Eingang oben rechts)

Abenteuer (er) Leben! Mit Pferdestärken zu mehr Stärke!

In diesem Kurs stehen nicht nur die Kinder im Vordergrund, sondern auch die Eltern werden mit ihren Bedürfnissen in den Mittelpunkt gerückt. Es soll ein Kurs sein, die Stärken in den Kindern (wieder) zu entdecken, mal abzuschalten, sich zu erholen und Kräfte zu tanken, mit anderen ins Gespräch zu kommen, neue Impulse zu bekommen...

Das (gem)einsame Erleben und Erfahren von Pferd und Natur steht an erster Stelle. (Pferdekenntnisse sind keine Voraussetzung).

Beginn: ab September 2020

Dauer: 4 Kurstermine und ein Vor- und Nachgespräch

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: Brigitte Karl, Ergotherapeutin; Reittherapeutin, Tel.: 07503/9316757, E-Mail: brigitte-karl@t-online.de, www.hand-pferd.de

Veranstaltungsort: Breite Äcker 1, 88373 Fleischwangen

Heidelberger Elterntaining zur frühen Sprachförderung

Eltern (5-10 Personen) von Kindern im Alter zwischen 2 und 5 Jahren mit verzögerter Sprachentwicklung und allgemeinen Entwicklungsauffälligkeiten treffen sich und erfahren, wie sie ihr Kind im Alltag sinnvoll sprachlich anregen können und wie sie Situationen, z. B. das Bilderbuchanschauen sprachförderlich gestalten können.

Dies geschieht durch Videoillustrationen, gemeinsames Erarbeiten in der Gruppe und der Analyse eigener Videos.

Eine Vorstellung des Kindes im Sozialpädiatrischen Zentrum Ravensburg auf Überweisung des Kinderarztes ist als Voraussetzung für die Teilnahme am Elterntaining erforderlich.

Beginn: Herbst 2020

Dauer: 8x im Abstand von 2-3 Wochen außerhalb der Schulferien

Anmeldung: Nikola Determann, Logopädin, zertifizierte Trainerin Heidelberger Elterntaining, Tel.: 0751-977 1238 700, E-Mail: nikola.determann@st-elisabeth-stiftung.de

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Sozialpädiatrisches Zentrum Ravensburg, Nikolausstr. 10, 88212 Ravensburg

Triple P Stepping Stones Elterntaining

Elternkurs speziell für Eltern von Kindern mit Entwicklungsverzögerungen, -auffälligkeiten oder Behinderungen. Die Eltern werden gestärkt in ihrer Erziehungs- und Beziehungskompetenz, sie lernen den Umgang mit einem behinderten Kind, können Verhaltensauffälligkeiten entgegen wirken oder diese reduzieren.

Die Verminderung psychischer Belastungen von Familien ist ebenfalls Ziel dieses Kurses. Eltern können ihr behindertes Kind in seiner Selbständigkeit und Unabhängigkeit anregen und seine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben fördern.

Eine Vorstellung des Kindes im Sozialpädiatrischen Zentrum Ravensburg auf Überweisung des Kinderarztes ist als Voraussetzung für die Teilnahme am Elterntaining erforderlich.

Beginn: Auf Anfrage bei der Kursleiterin

Dauer: 6 Gruppensitzungen je 2,5 Stunden, 3 Telefonberatungen

Anmeldung: Judith Reinhardt, Dipl. Sozialpädagogin, Tel.: 0751-977 1238 728,
E-Mail: judith.reinhardt@st-elisabeth-stiftung.de

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Veranstaltungsort: Sozialpädiatrisches Zentrum Ravensburg, Nikolausstr. 10, 88212 Ravensburg

SKiPPys im Blick –

ein Kurs für suchtkranke Elternteile oder Elternteile, deren Partner suchtkrank ist mit Kleinkindern (0 - 3 Jahre)

Wenn Sie oder Ihr Partner eine Suchterkrankung haben, wirkt sich dies auf Ihre Familie aus, auch wenn Ihre Kinder scheinbar „nichts“ mitbekommen.

Themen des Kurses:

Suchtbelastete Elternschaft – Was bedeutet das?

Ausgehend von den Erfahrungen, die Sie in ihrer Herkunftsfamilie gemacht haben, beschäftigen wir uns mit Ihren Erwartungen, Wünschen, Befürchtungen für Ihre „neue“ Familie. Sie erhalten von uns Informationen über die frühkindliche Entwicklung allgemein und wir stellen die Frage: Woran erkennen Sie, wenn es Ihrem Kind gut/ nicht gut geht?

Sie bekommen von uns Informationen über weitere Möglichkeiten der Unterstützung. Wir beraten Sie über Ihren Unterstützungsbedarf und geben Ihnen Hinweise, wo Sie weitere Hilfe bekommen.

Beginn: Auf Anfrage bei der Kursleiterin, voraussichtlich vormittags: 9.00 bis 10.30 Uhr

Dauer: 6x jeweils 1,5 Stunden

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: Suchtberatungsstelle Sigmaringen, Karlstraße 29, Tel.: 07571 4188

MuVa.sucht.Kind -

ein Kurs für suchtkranke Elternteile oder Elternteile, deren Partner suchtkrank ist mit ihren Vorschulkindern (3-6 Jahre)

Zwei Fachkolleginnen der Suchtberatungsstelle bieten parallel und teilweise gemeinsam eine Elterngruppe und ein Kinderangebot an.

Themen dieses Kombikurses sind:

- Wir sind mit unserem Suchtthema nicht alleine (Kennenlernen untereinander; Einstieg)
- Über Sucht reden (in der Gruppe, in der Familie)
- Umgang mit Gefühlen
- Umgang mit Problemen
- Hilfe holen / Hilfe bekommen
- Abschluss: Rückblick - Und wie geht es mit dem Thema Sucht für unsere Familie weiter?

Beginn: Auf Anfrage bei der Kursleiterin, voraussichtlich Mittwoch 14:00 – 15:30Uhr

Dauer: 6x jeweils 1,5 Stunden

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: Suchtberatungsstelle Sigmaringen, Karlstraße 29, Tel.: 07571 4188

Starke Alltagshelden ein Kurs für Eltern

Haben Sie ein Kind im Alter von 0 bis 6 Jahren? Dann sind Sie wahre Alltagshelden! Haben Sie Lust, bei einer Tasse Kaffee über Ihren Alltag als Eltern und über Erziehungsfragen nachzudenken?

An acht Terminen erhalten Sie von der Kursleiterin praktische Tipps und Impulse sowie Informationen zum Erziehungsalltag.

Folgende Schwerpunkte kommen zur Sprache:

- Kindliche Entwicklung
- Ernährungserziehung
- Gelingende Eltern-Kind-Kommunikation
- Familienzeit gemeinsam gestalten
- Familienregeln
- Meine Rolle - Zeit für mich

Ein wichtiges Element des Kurses ist der Austausch untereinander. Auch ist Raum für Ihre eigenen Fragen. Bei allen inhaltlichen Dingen soll der Kurs eine kleine Auszeit für Sie sein.

Beginn: Mittwoch, 13.01.2021, 9:00-11:00Uhr

Dauer: 8x jeweils 2 Stunden

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: Bildungszentrum Gorheim, Gorheimer Straße 28, 72488 Sigmaringen, Tel: 07571-1843020, E-Mail: info@bildungszentrum-gorheim.de

Veranstaltungsort: Bildungszentrum Gorheim, Gorheimer Straße 28, 72488 Sigmaringen

Referentin: Susanne Kopp, Diplom-Sozialpädagogin

Gemeinsam gut Starten

Eltern-Kind-Kurs (0-3 Jahre)

Haben Sie ein Kind im Alter von 0 bis 3 Jahren? Möchten Sie Ihre Eltern-Kind-Beziehung intensivieren? Haben Sie Fragen zur Erziehung und zum Alltag mit Kind? Und möchten Sie andere Eltern und Kinder kennenlernen? Dann sind Sie hier richtig!

Die acht Einzeltermine beinhalten jeweils folgende Elemente:

- Förderung der Eltern-Kind-Bindung in der Praxis durch gemeinsame Lieder, Spiele, Kreatives, ...
- Fragen, Austausch, Kontakte knüpfen
- Thematische Einheiten

Je nach Interesse und Bedarf kommen diese und weitere Themen zur Sprache:

- Einschlafverhalten - Einschlaf Tipps
- Stillen, Beikost und Ernährungserziehung
- Kindliche Persönlichkeitsentwicklung
- Struktur und Transparenz in der Erziehung

Beginn: Mittwoch, 23.09.2020, 9:00-11:00Uhr

Dauer: 8x jeweils 2 Stunden

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: Bildungszentrum Gorheim, Gorheimer Straße 28, 72488 Sigmaringen, Tel: 07571-1843020, E-Mail: info@bildungszentrum-gorheim.de

Veranstaltungsort: Bildungszentrum Gorheim, Gorheimer Straße 28, 72488 Sigmaringen

Referentin: Susanne Kopp, Diplom-Sozialpädagogin

Zufrieden und Zuversichtlich Mutter werden Selbstwirksamkeit in der Schwangerschaft

Eine Schwangerschaft ist eine ganz besondere Situation im Leben. Diese Situation betrifft nicht nur die Schwangere und ihr Umfeld, sondern besonders auch das ungeborene Baby. Die neue Situation wird begleitet von intensiven Gefühlen und Gedanken, Erwartungen und Hoffnungen, aber auch von Sorgen und Ängsten. Diese Sorgen und Ängste sind völlig normal. Allerdings können sie sich negativ auf die Schwangerschaft und die Geburt und sogar auf die psychische Gesundheit des Babys auswirken.

Das Konzept der Selbstwirksamkeit kann Ihnen helfen, mit den Dingen, die in der Schwangerschaft hochkommen und die Sie beschäftigen, positiv umzugehen. Selbstwirksamkeit während der Schwangerschaft bedeutet, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Stärken als werdende Mutter zu entwickeln.

Die Kursleiterin wird Sie an sieben Terminen in das Konzept der Selbstwirksamkeit einführen und Sie anhand wesentlicher Themen dabei unterstützen, das Konzept in Bezug auf Ihre Schwangerschaft, die kommende Geburt und Ihre Rolle als werdende Mutter anzuwenden. Ziel der Kursreihe ist es, dass Sie Selbstvertrauen in Ihre Fähigkeiten entwickeln, sodass Sie zuversichtlich und zufrieden Mutter werden können. Damit können Sie Ihre eigene Gesundheit und die Ihres Babys stärken.

Die Abende haben die folgenden Inhalte:

1. Einführung und gegenseitiges Kennenlernen
2. Wie kann ich weiterhin ich sein und gleichzeitig eine gute Mutter?
3. Wird das auch gut klappen?: Umgang mit Ängsten in Bezug auf Schwangerschaft und Geburt
4. Mir geht es gut, wenn ...: Wahrnehmung und Kommunikation von Bedürfnissen
5. Wenn die Freude erst später kommt: Präventiver Umgang mit dem Baby Blues
6. Was sagt die Wissenschaft zu Bewegung und Ernährung?: Gesunde Schwangerschaft
7. Es wird großartig: Warum jede Teilnehmerin zuversichtlich eine gute Mutter sein kann

Sobald Sie sich angemeldet haben, wird sich die Kursleiterin mit Ihnen in Verbindung setzen, um Ihre Wünsche und Erwartungen schon vorab zu erfragen.

Bitte beachten Sie, dass es am ersten Termin bereits um 16:45 Uhr losgeht; die nachfolgenden Termine beginnen immer um 17:15 Uhr.

Beginn: Montag, 19.10.2020, 16:45-18:45Uhr

Dauer: 8x jeweils 2 Stunden

Kursgebühr: Wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: Bildungszentrum Gorheim, Gorheimer Straße 28, 72488 Sigmaringen, Tel: 07571-1843020, E-Mail: info@bildungszentrum-gorheim.de

Veranstaltungsort: Bildungszentrum Gorheim, Gorheimer Straße 28, 72488 Sigmaringen

Referentin: Ramona Jäger, Psychologin