

STÄRKE



Angebote der Elternbildung

Februar - Juli 2021

Jugend



Landkreis
Sigmaringen

Informationen zur Elternbildungsreihe Elefant

An dieser Stelle würden Sie in anderen Zeiten die Übersicht der geplanten Elefant-Veranstaltungen von Februar bis Juli 2021 finden.

Leider lässt die aktuelle Situation bezüglich der Corona-Pandemie, eine längerfristige Planung nach wie vor nicht zu.

Dennoch sollen Eltern und Familien vor allem in diesen herausfordernden Zeiten Unterstützung und Begleitung in Form von Elternbildungsangeboten erhalten.

So ist, laut Corona-Verordnung, die Durchführung einer Veranstaltung im Rahmen der Familienbildung nach wie vor möglich – selbstverständlich unter Einhaltung der Hygienebestimmungen und der Schutzkonzepte der einzelnen Einrichtungen und Räumlichkeiten.

Schulen, Kindergärten und andere Bildungseinrichtungen können dementsprechend spontan und kurzfristig Themen aus dem Elefant-Programm buchen und veranstalten - der aktuellen Situation und dem aktuellen Bedarf angepasst.

Wir informieren Sie gesondert über stattfindende Veranstaltungen!

Und schauen Sie doch auch regelmäßig auf unserer Homepage vorbei, um sich über aktuelle Angebote zu informieren:

www.elefant-sig.de



Hinweise zu den STÄRKE-Angeboten während der Corona-Pandemie

Die Kurse und Offenen Treffs können unter Einhaltung der geltenden Hygienevorschriften (angelehnt an die jeweilige Corona-Verordnung) stattfinden.

Nähere Infos dazu und zum jeweiligen Kursbeginn erhalten Sie beim Kursanbieter direkt oder bei der STÄRKE Koordinatorin des Landkreises

Frau Julia Nowotny

Telefon 07571 102-4227

E-Mail: julia.nowotny@irasig.de

Offener Treff für Alleinerziehende in Bad Saulgau

Sind Sie eine alleinerziehende Mutter oder ein alleinerziehender Vater? Dann sind Sie bei uns richtig! Wir bieten Ihnen regelmäßig einen Offenen Treff an, mit Kinderbetreuung. Gespräch, Austausch, gemeinsamer Spaß und ein gutes Miteinander sind die Grundlagen unserer Treffen. Bei Interesse an aktuellen Themen, die für Sie in ihren Lebensbezügen wichtig sind, stellen wir Ihnen dafür gerne Angebote zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Nähere Infos: www.keb-bc-slg.de

Anmeldung:
Tanja Beck-Huber,
Familientherapeutin
Dürmentingen
Telefon 07371 909526

1x im Monat 14:00 - 16:00 Uhr

St. Joseftreff (Kath. Kindergarten St. Josef)
Geschwister-Scholl-Str. 7 | 88348 Bad Saulgau

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Baby- und Krabbelgruppe

Die Baby- und Krabbelgruppe bietet den Kindern erste soziale Erfahrungen, neue Anregungen beim Singen, Spielen und sich bewegen. Den Eltern bietet die Gruppe den Austausch untereinander, gemeinsame Unternehmungen und kompetente Beratung durch das pädagogische Fachpersonal.

Anmeldung:

Die Krabbelgruppe ist offen für alle ohne Anmeldung: oder Verpflichtung. Alle sind immer herzlich willkommen

Telefon 07574 7158

montags von 14:45 - 16:15 Uhr
Außerhalb der Schulferien

Halle und Kleinkindgruppenräume
des Familienzentrums St. Martin
Kiverlinstr. 4 | 72501 Gammertingen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Offener Treff

Der Offene Treff bietet den Eltern den Austausch untereinander und kompetente Beratung durch das pädagogische Fachpersonal. Je nach Anfrage/ Interesse/ Bedarf werden externe Referenten eingeladen.

Anmeldung:

Beim Offenen Treff sind alle ohne Anmeldung: oder Verpflichtung immer herzlich willkommen.

Telefon [07574 7158](tel:075747158)

*Je nach Referent und Angebot kann sich die Zeit des Treffs nach Absprache ändern. Mitteilungen über abgeänderte Zeiten werden frühzeitig im Amtsblatt und auf der kita-app bekanntgegeben.

dienstags von 14:00 - 16:00 Uhr*
außerhalb der Schulferien

Halle und Kleinkindgruppenräume
des Familienzentrums St. Martin
Kiverlinstr. 4 | 72501 Gammertingen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Elterntreff mit Krabbelgruppe

Jeden Mittwoch sind Babys und Kleinkinder (bis 3 Jahre) mit einer Bezugsperson (Mama/Papa/Oma...) herzlich in unsere Krabbelgruppe eingeladen, um mit Gleichaltrigen in Kontakt zu kommen. Gemeinsam wird gespielt, gesungen und manchmal auch gebastelt. Außerdem bietet der Treff die Möglichkeit sich mit Menschen, die in derselben Lebensphase sind, auszutauschen.

Anmeldung:

Einfach vorbeikommen, es ist keine Anmeldung: nötig.

Bei Fragen melden Sie sich gerne bei
Theresa Müller

E-Mail: muller.theresa@yahoo.de

mittwochs von 15:30 - 16:45 Uhr

Gemeindehaus Sigmaringendorf

Hauptstraße 24 | 72517 Sigmaringendorf

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Offener Treff für Kinder mit ihren Familien

Sind Sie Mama, Papa, Oma, Opa, Tante, Onkel...?

Dann laden wir Sie herzlich zu unserem Offenen Treff für Kinder mit ihren Familien ein.

Wir wollen gemeinsam Zeit verbringen, Familien-Kind-Aktionen erleben und spannende Vorträge hören.

Anmeldung:

Frau Doser

Familienzentrum Kinderhaus Scheer

Telefon 07572 94303

**dienstags von 14:30 - 15:30 Uhr
außerhalb der Kindergartenschließzeiten**

Familienzentrum Kinderhaus Sonnenschein
Gemmingstraße 11 | 72516 Scheer

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

„Alleine mit meinem autistischen Kind“

Offener Treff für Eltern mit Kindern und Jugendlichen im Autismus-Spektrum

Der Offene Treff soll Ihnen als Eltern Raum und Zeit geben für Gespräche und einen Austausch untereinander. Begleitet und moderiert werden die Treffs durch eine pädagogisch, im Autismusbereich spezialisierte Fachkraft, wodurch Sie Antwort auf Ihre Fragen erhalten können. Ebenfalls bietet unser Treff gegenseitig, ungezwungene Unterstützung und die Möglichkeit von den Erfahrungen anderer Eltern zu profitieren. Bei Interesse und Bedarf können eine fachärztliche Begleitung und zusätzliche Referenten/ Referentinnen mithinzugezogen werden.

Anmeldung:

Anika Rapp

Erzb. Kinderheim Haus Nazareth

Referatsleitung Schwerpunkt

Autismus-Spektrum

Telefon 07571-7203 188

E-Mail: anika.rapp@haus-nazareth-sig.de

1x im Monat

Folgetermine nach Absprache

Beginn bitte beim Anbieter erfragen

Erzb. Kinderheim Haus Nazareth

Brunnenbergstr. 34 | 72488 Sigmaringen

Einmalige Teilnehmergebühr 25,-€

Kinder im Blick – ein Kurs für Eltern in Tren- nung

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.

Anmeldung:
Caritasverband Sigmaringen
Erziehungsberatungsstelle
Telefon 07571 730160

6x, jew. 3 Stunden

**Beginn bei der Erziehungsberatungsstelle
erfragen**

17:30 – 20:30 Uhr

Erziehungsberatungsstelle
Fidelisstr. 1 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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 Überforderung 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.

Anmeldung:
Caritasverband Sigmaringen,
Erziehungsberatungsstelle
Telefon [07571 730160](tel:07571730160)

5x, jew. 2 Stunden

**Beginn bei der Erziehungsberatungsstelle
erfragen**

Erziehungsberatungsstelle
Fidelisstr. 1 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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.

Anmeldung:
Caritasverband Sigmaringen
Erziehungsberatungsstelle
Telefon 07571 730160

4x, jew. 2 Stunden

Beginn bei der Erziehungsberatungsstelle erfragen

Erziehungsberatungsstelle
Fidelisstr. 1 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

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 Erziehungs-
alltag.

Anmeldung:

Caritasverband Sigmaringen

Erziehungsberatungsstelle

Telefon [07571 730160](tel:07571730160)

5x, jew. 2,5 Stunden

**Beginn bei der Erziehungsberatungsstelle
erfragen**

18:00 – 20:30 Uhr

Erziehungsberatungsstelle

Fidelisstr. 1 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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. In 5 Einheiten werden folgende Themen vertieft:

- › 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

Anmeldung:
Caritasverband Sigmaringen
Erziehungsberatungsstelle
Telefon 07571 730160

5x, jew. 2,5 Stunden

**Beginn bei der Erziehungsberatungsstelle
erfragen**

18:00 – 20:30 Uhr

Erziehungsberatungsstelle
Fidelisstr. 1 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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!

Anmeldung:
Pferdehof Paradis'le
Telefon 07574 932290



7x, jew. ca. 2 Stunden

Beginn bei der Kursleitung erfragen

Pferdehof Paradis'le
Inneringerstr. 20 | 72513 Hettingen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Elternkurs: Glückliche Eltern – glückliche Kinder

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

Anmeldung:

Susanne Kopp

Erzbischöfliches Kinderheim

Haus Nazareth

Mobil: 0176-63401380

et.kunterbunt@haus-nazareth-sig.de

5x mittwochs, jew. 2 Stunden

genauer Termin auf Anfrage

09:00 – 11:00 Uhr

Bildungszentrum Gorheim

Gorheimer Straße 28 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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.

Anmeldung:

Ingrid Mathilde Sachs

Tanz-, ADS/ ADHS- Therapeutin

Telefon 0751 95860507

8x, jew. 2 Stunden

Beginn nach Rücksprache mit der Kursleiterin

Lassbergsschule Sigmaringen

Rhythmikraum (Eingang oben rechts)

Bilharzstr. 16 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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).

Anmeldung:

Brigitte Karl

Ergotherapeutin; Reittherapeutin

Telefon 07503 9316757

E-Mail: info@hand-pferd.de

www.hand-pferd.de

5 Kurstermine (individuell vereinbart)

Beginn 12.04.2021

Schlupfen 2 | 88273 Fronreute

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Heidelberger Elterntraining 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 Elterntraining erforderlich.

Anmeldung:

Nikola Determann

Logopädin, zertifizierte Trainerin

Heidelberger Elterntraining

Telefon 0751 977 1238 700

nikola.determann@st-elisabeth-stiftung.de

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

Beginn Frühjahr 2021

Sozialpädiatrisches Zentrum Ravensburg
Nikolausstr. 10 | 88212 Ravensburg

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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 Selbstständigkeit 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.

Anmeldung:

Judith Reinhardt

Dipl. Sozialpädagogin

Telefon 0751 977 1238 728

judith.reinhardt@st-elisabeth-stiftung.de

6 Gruppensitzungen je 2,5 Stunden,
3 Telefonberatungen

Beginn auf Anfrage der Kursleiterin

Sozialpädiatrisches Zentrum Ravensburg
Nikolausstr. 10 | 88212 Ravensburg

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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.

Anmeldung:

Suchtberatungsstelle Sigmaringen
Telefon 07571 4188

6x, jeweils 1,5 h

**Beginn auf Anfrage der Kursleiterin
voraussichtlich 09:00 – 10:30 Uhr**

Suchtberatungsstelle Sigmaringen
Karlstraße 29 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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?

Anmeldung:

Suchtberatungsstelle Sigmaringen

Telefon 07571 4188

voraussichtlich 6x mittwochs, jeweils 1,5 h

Beginn auf Anfrage der Kursleiterin

14:00 – 15:30 Uhr

Suchtberatungsstelle Sigmaringen

Karlstraße 29 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

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.

Referentin:

Susanne Kopp, Diplom-Sozialpädagogin

Anmeldung:

Bildungszentrum Gorheim

Kursnummer: E-21-002

Telefon 07571 1843020

info@bildungszentrum-gorheim.de

8x mittwochs

13.01.2021 09:00 – 11:00 Uhr

Bildungszentrum Gorheim

Gorheimer Str. 28 | 72488 Sigmaringen

Die Kursgebühr wird im Rahmen von STÄRKE
übernommen

Gemeinsam gut Starten Eltern-Kind-Kurs (0-3 Jahre)

Haben Sie ein Kind im Alter von 0 - 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

Referentin:

Susanne Kopp, Diplom-Sozialpädagogin

Anmeldung:

Bildungszentrum Gorheim

Kursnummer: E-21-072

Telefon 07571 1843020

info@bildungszentrum-gorheim.de

5x montags

22.02.2021 09:00 – 11:00 Uhr

Bildungszentrum Gorheim

Gorheimer Str. 28 | 72488 Sigmaringen

Zufrieden und Zuversichtlich Mutter werden Selbstwirksamkeit in der Schwangerschaft

Eine Schwangerschaft ist eine ganz besondere Situation im Leben. Sie 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, die Geburt und die psychische Gesundheit des Babys auswirken.

Das Konzept der Selbstwirksamkeit kann Ihnen helfen, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Stärken zu entwickeln.

Ziel ist es, Sie durch Informationen und Austausch über erfolgreiche Kommunikation, Bedürfniswahrnehmung, Umgang mit Ängsten und Sorgen darin zu stärken, Ihre Schwangerschaft, die kommende Geburt und Ihre Rolle als (werdende) Mutter aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können.

Nach der Anmeldung: wird die Kursleiterin Sie kontaktieren, um mit Ihnen über Ihre Erwartungen an den Kurs zu sprechen.

Referentin: Ramona Jäger, Psychologin

Anmeldung:

Bildungszentrum Gorheim

Kursnummer: E-21-063

Telefon 07571 1843020

info@bildungszentrum-gorheim.de

7x donnerstags

28.01.2021 17:00 – 19:00 Uhr

Bildungszentrum Gorheim

Gorheimer Str. 28 | 72488 Sigmaringen

Landratsamt Sigmaringen

Fachbereich Jugend
Leopoldstraße 4
72488 Sigmaringen

Telefon 07571 102-4266

E-Mail: familieamstart@lrasig.de

landkreis-sigmaringen.de/elefant
elefant-sig.de

Das Elternbildungsprogramm wird unterstützt durch:



Kieferorthopädie
Bad Saulgau



happysmiles Markdorf



we love your smile
●●● www.happysmiles.de strahlendes Lachen ohne Zähne ziehen