

## Kurse für alle Familien (über die Sonderförderlinie)

### „Resilienz- & Glückswerkstatt“

Elternreihe für Balance und Stärke

Im Mittelpunkt der gemeinsamen Treffen steht die Frage, was dem Leben Erfüllung und Tiefe gibt und was wir Eltern und unsere Kinder brauchen, um die vielfältigen Herausforderungen des Alltags positiv zu meistern.

- Was macht stark fürs Leben?
- Wie entwickeln wir „Trotzkraft“?
- Welche Ressourcen und Lebensquellen haben wir?
- Welche Erkenntnisse aus Resilienz Forschung, Positiver Psychologie und Glücksforschung können wir nutzen?
- Welche Rituale helfen, uns im Alltag auf Stärkendes zu fokussieren?

Mit thematischen Impulsen, Austausch, Oasenmomenten und praktischen Tipps gestärkt für den Alltag.

Beginn: gerne beim Veranstalter zu erfragen

Dauer: 5x 2 Stunden

Kursgebühr: wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: bei Susanne Kopp, 0176 63401380  
E-Mail: Susanne.Kopp@haus-nazareth-sig.de

Veranstaltungsort: an verschiedenen Orten

### „Für uns-Atelier“

**Eigen.Art.KunstVoll.KreatTief**

Die eigenen Stärken stärken

Ein Angebot für Eltern oder Eltern-Kind, das die eigenen Stärken und die des gesamten Familiensystems in den Fokus rückt. „Wir sind ein gutes und starkes Team“, das sollen die Teilnehmer spüren und aus den Treffen mitnehmen.

Jeder ist einzigartig, ein Wunderwerk mit vielen Fähigkeiten, die es im Blick zu behalten und zu bewahren gilt. Durch kreatives Tun entstehen Kunstwerke, die das Zuhause verschönern. Ein Transfair in den oft herausfordernden Alltag entsteht. In den Blick rückt, was als Familie stärkt, froh und gelassen sein lässt.

Genießt gemeinsam musisch-kreative Elemente, unbeschwerte Gemeinschaft, lockerer Erfahrungsaustausch und eine wohltuende Oase im Alltag.

Beginn: gerne beim Veranstalter zu erfragen

Dauer: 2-3 Einheiten am Block

Kursgebühr: wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: bei Susanne Kopp, 0176 63401380  
E-Mail: Susanne.Kopp@haus-nazareth-sig.de

Veranstaltungsort: an verschiedenen Orten

## **„Ich bin ich“ – von und mit Tieren lernen Tierpower**

Eltern-Kind-Angebot

Der weitläufige Hof mit vielen Tieren inmitten der Natur ist der passende Ort, um gemeinsam als Familie mit anderen eine wohltuende Zeit zu erleben.

In unseren Treffen werden wir von und mit Pferden, Hunden, Katzen und Schafen vieles lernen, was uns im Zusammensein mit anderen Menschen und in unserem Leben zu Gute kommt.

Unter dem Motto: „Auf Augenhöhe kommunizieren“, werden wir gemeinsam jede Menge mit den Tieren entdecken, um es dann auf unseren Alltag zu übertragen.

Die sehr ländliche Umgebung bietet vielfältige Möglichkeiten zur Naturerfahrung und zum Erkunden und lädt zum Kraftschöpfen ein.

Beginn: gerne beim Veranstalter zu erfragen

Dauer: 3x 3 Stunden

Kursgebühr: wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: bei Carina Eppler, 0176 63401380

E-Mail: Carina.eppler@haus-nazareth-sig.de

Veranstaltungsort: Meßstetten

## **Gemeinsam gut Starten.United**

für Eltern mit ihren Kindern (0-3 Jahren)

Alle sprechen immer über Qualitytime. Wir ermöglichen sie!

Denn, wenn Sie Ihre Eltern-Kind-Beziehung intensivieren und Ihnen und Ihrem Kind gleichzeitig die Möglichkeit geben möchten, sich mit anderen auszutauschen und neue Erfahrungen zu machen, sind Sie bei uns genau richtig und herzlich willkommen.

Hier wechseln sich ganz praktische Gemeinsam-Momente im Kreis (mit Liedern, Instrumenten, Spielen und Kreativem) ab mit dem Austausch und Raum für Ihre Fragen rund um den Erziehungsalltag und hilfreichen Impulsen zum Mitnehmen nach Hause.

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Kinder und die gemeinsame Qualitytime!

Beginn: gerne beim Veranstalter zu erfragen

Dauer: 5x 2 Stunden

Kursgebühr: wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: bei Susanne Kopp, 0176/63401380

E-Mail: Susanne.Kopp@haus-nazareth-sig.de

Veranstaltungsort: an unterschiedlichen Orten

## **Durch (Theater-) Spielen in VerBindung bleiben**

Mach mit und sei dabei...

... bei dem kostenlosen Theaterkurs, für alle Vorschulkinder und Grundschul Kinder gemeinsam mit mindestens einem Elternteil pro Kind.

In dem Kurs haben Eltern und Kinder miteinander Spaß, erleben sich als gutes Team und pflegen ihre friedvolle Beziehung. Miteinander zu lachen, baut Stress ab und beugt Aggressionen vor - Bei Kindern UND Eltern!

Wir schlüpfen in unterschiedliche Rollen und Applaudieren uns gegenseitig zu wenn es heißt „Eins, zwei, drei... BÜHNE FREI“!

Zum Abschluss des Kurses findet eine Aufführung statt, zu der gerne Geschwister, Oma und Opa... kommen können.

Beginn: gerne beim Veranstalter zu erfragen

Dauer: Freitagnachmittag, 14:00 bis 15:30 Uhr

Kursgebühr: wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Anmeldung: bei Theresa Müller, 017630167316

Veranstaltungsort: Musiksaal der Donau-Lauchert-Schule in Sigmaringendorf

## **Tierische STÄRKE für Eltern und Kinder**

Eine Unterstützung für belastete Familien nach der Pandemie

Schon mal ein Schaf gekraut, ein Huhn gestreichelt, einen Hund an der Leine geführt, mit einer Ziege spazieren gegangen oder ein Pferd gestriegelt?

Na dann – unser Kurs bietet die Möglichkeit, all diese Erfahrungen zu machen. Nach der Pandemie endlich wieder gemeinsam aktiv sein, durchatmen, entspannen, die Seele baumeln lassen, Kontakte knüpfen und zusammen viel Neues erleben.

Interesse geweckt? Einfach anrufen – mehr erfahren – anmelden – und schon kann es losgehen.

Wir freuen uns auf eine tolle Zeit mit euch! Die Zwei- und Vierbeiner vom Paradiesle

Kursbeginn: bitte telefonisch erfragen

Dauer: 6x, jeweils ca. 2 Stunden am Wochenende

Anmeldung: Pferdehof Paradies'le, Tel: 07574-932290

Kursgebühr: wird im Rahmen von STÄRKE übernommen

Treffpunkt: Pferdehof Paradies'le, Inneringerstraße 20, 72513 Hettingen