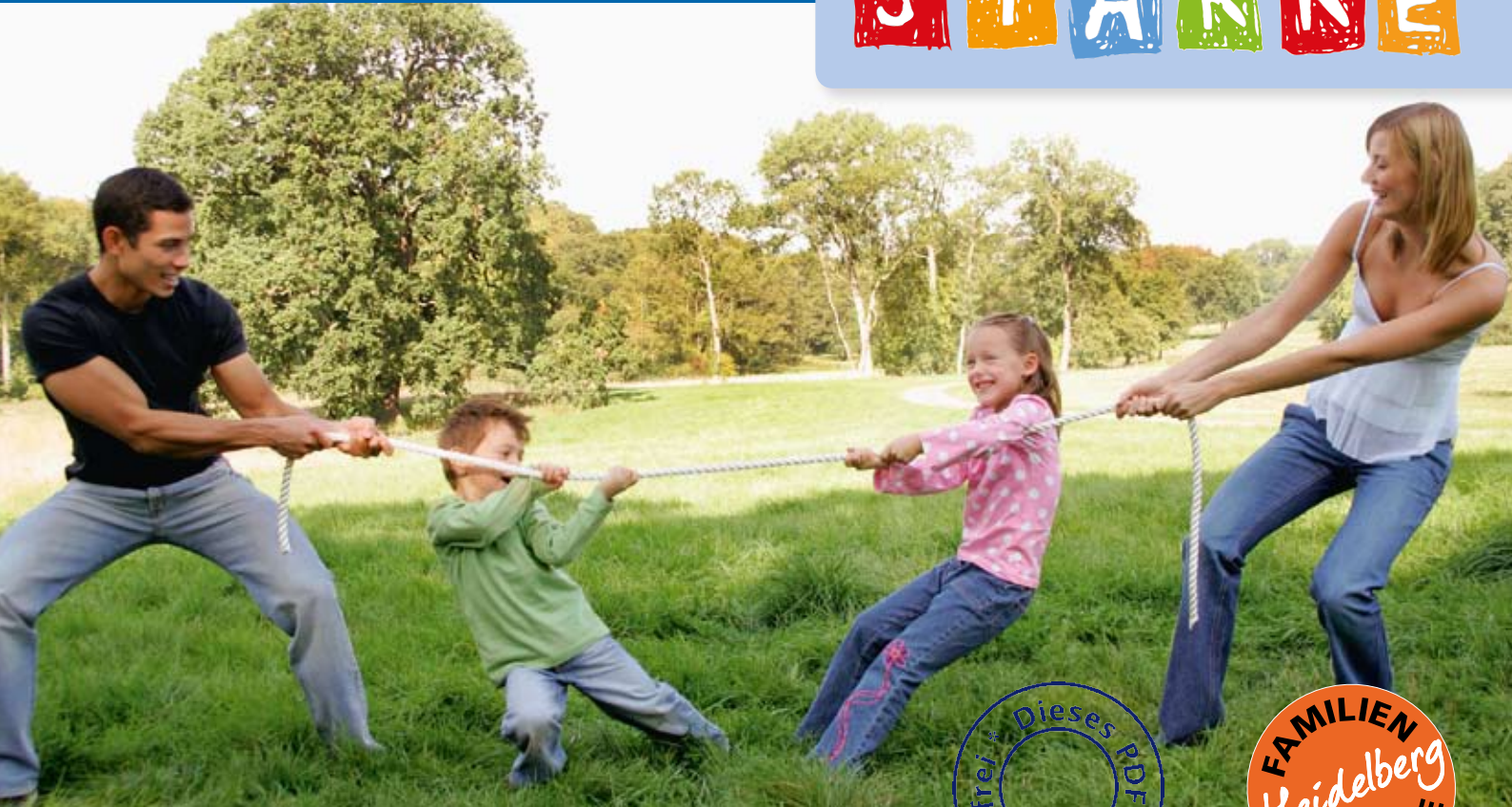


**Heidelberg zeigt**

**S T Ä R K E**



**Herausgeber** Stadt Heidelberg | Kinder- und Jugendamt  
Friedrich-Ebert-Platz 3  
69117 Heidelberg

**Redaktion** Iris Söhngen

**Gestaltung** © grafux | Hans-Jürgen Fuchs | [www.grafux.de](http://www.grafux.de)

**Bildnachweis** fotosearch.de (vordere Umschlagseite)  
Friedericke Hentschel (S. 3)

**Stand** Dezember 2010

**Weitere Informationen** [www.heidelberg.de/familie](http://www.heidelberg.de/familie) > Bildung > Stärke

# Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Eltern,

Eltern werden, Eltern sein, als Familie leben – das ist eine große Herausforderung mit sehr vielen schönen Momenten und Erlebnissen, aber auch Unsicherheiten und offenen Fragen:

- Was braucht ein Baby, um sich gut zu entwickeln?
- Wie wird man eigentlich eine Familie?
- Wo bleibe ich als Mutter / Vater, wo bleiben wir als Paar?
- Wie schaffe ich es, als Alleinerziehende/r gut für mein Kind und mich zu sorgen?
- Wie schaffen wir es, mit Trotzalter und/oder Pubertät gut umzugehen?

Fragen, die sich durch den raschen Wandel von Lebensumständen häufig stellen. Oft fehlen aber soziale Netze, Eltern oder Großeltern, die mit ihrem Wissen und ihrer Unterstützung zur Verfügung stehen.

Vor diesem Hintergrund hat die Landesregierung 2008 das Programm **STÄRKE** beschlossen. Mit dem Programm werden landesweit bedarfsgerechte Bildungsveranstaltungen für Familien und Eltern angeboten, um diese in ihrer Erziehungsarbeit zu unterstützen. In Elternbildungskursen sollen Eltern Antworten auf ihre Fragen finden und die Möglichkeit haben, sich mit anderen auszutauschen.

Die Stadt Heidelberg setzt sich im Rahmen der Familienoffensive in vielfältiger Weise für ein kinder- und familienfreund-

liches Heidelberg ein. Durch das Landesprogramm **STÄRKE** ist es uns möglich, diesem Engagement einen weiteren wichtigen Baustein hinzuzufügen.

Die nun vorliegende Broschüre „Heidelberg zeigt **STÄRKE**“ soll alle Interessierten umfassend über das Landesprogramm **STÄRKE** und die Umsetzung in Heidelberg informieren.

Neben allgemeinen Informationen zum Programm finden Sie eine übersichtliche Aufstellung der aktuell angebotenen Elternkurse, eine Literaturliste mit Elternratgebern und eine Liste mit Verweisen auf interessante Seiten im Internet. Kurstermine können Sie bei den jeweiligen Anbietern erfragen, oder unter [www.heidelberg.de/familie](http://www.heidelberg.de/familie) > Bildung > STÄRKE abrufen.

Mein Dank gilt unseren Kooperationspartnern, mit deren Hilfe und Engagement die Umsetzung des Landesprogramms **STÄRKE** in Heidelberg erst möglich wurde.

Allen Eltern wünsche ich, dass sie viele praktische Hilfen und gute Unterstützung erfahren.



Dr. Eckart Würzner, Oberbürgermeister der Stadt Heidelberg



# Inhalt

---

Impressum .....	2
Grußwort .....	3
Inhalt.....	4
<b>Landesprogramm STÄRKE.....</b>	<b>5</b>
<b>Heidelberg zeigt STÄRKE .....</b>	<b>9</b>
<b>Ihre STÄRKE-Ansprechpartner/innen in Heidelberg.....</b>	<b>10</b>
<b>Gutscheinkurse.....</b>	<b>11</b>
<b>Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen.....</b>	<b>26</b>
<b>Literatur.....</b>	<b>45</b>
<b>Linkliste.....</b>	<b>47</b>

# Landesprogramm Stärke

---

Im Rahmen der Neukonzeption des Landeserziehungsgeldes hat die Landesregierung 2008 zur Unterstützung von Eltern ein Programm zur Stärkung der Elternkompetenzen „**STÄRKE**“ beschlossen.

Mit diesem Programm soll Elternbildung in unserer Gesellschaft fest verankert und in die Fläche getragen werden. Dabei sollen zunächst Angebote für junge Familien gemacht werden, die Antworten auf grundsätzliche Fragen zu Erziehung und Pflege von Kindern und zum „Finden“ in die Elternrolle bieten.

Für diese Grundkurse oder Themenkurse können die Bildungsgutscheine eingelöst werden (**STÄRKE I**). Darüber hinaus sollen weiterführende Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen – unabhängig vom Alter der Kinderangeboten werden (**STÄRKE II**).

## **STÄRKE I: Bildungsgutschein**

Den Städten und Landkreisen in Baden-Württemberg werden vom Land pro Geburt 40,- € zugewiesen (orientiert an den Zahlen der Vorjahre), die diese seit 01. September 2008 in Form von Bildungsgutscheinen an die Eltern Neugeborener weiter leiten.

### **Wer erhält einen Gutschein?**

- Eltern mit Hauptwohnsitz in Baden-Württemberg
- Eltern, die im ersten Lebensjahr des Kindes aus einem anderen Bundesland zuziehen
- Eltern, mit Hauptwohnsitz in Baden-Württemberg, die ein Pflege- oder Adoptivkind aufnehmen.

Eltern, die den Gutschein verloren haben, können einen Ersatzgutschein erhalten.

Es besteht ein Rechtsanspruch auf Einlösung des Gutscheins.

### **Wie lange gilt der Gutschein?**

Der Gutschein kann innerhalb des ersten Lebensjahres des Kindes eingelöst werden (Kursbeginn vor dem ersten Geburtstag).

## Bei welchen Veranstaltern kann der Gutschein eingelöst werden?

Anbieter von **STÄRKE** Kursen müssen entweder Organisationen angehören, die die Rahmenvereinbarung **STÄRKE** unterzeichnet haben (z. B. Caritas, Diakonie, DPWV, DRK, AWO, Kinderschutzbund, VHS ...) oder dieser Rahmenvereinbarung beigetreten sind.

Sie sind dann berechtigt für ihre Kursangebote mit dem **STÄRKE** Logo zu werben.

## Welche Kurse können besucht werden?

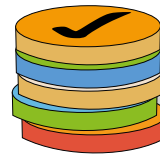
- Ein Grundkurs mit vier mal 1,5 Stunden (8 Unterrichtseinheiten) zur Entwicklung von Kindern im ersten Lebensjahr oder
- Vier Themenveranstaltungen aus den Bereichen Kommunikation in der Familie, Vater sein und Mutter sein, Väter in der Elternzeit, Entwicklungspsychologie, Kinderpflege, Ernährung, Bewegung oder
- Als Teilzahlung für einen breiter angelegten Elternkurs, dessen Themen sich auch auf Beziehungsthemen oder Fragen, die ältere Kinder betreffen, erstrecken dürfen.

Interessierte Eltern buchen den Kurs direkt bei dem Veranstalter ihrer Wahl und reichen dort den Gutschein ein.

## Was kostet ein Kurs?

Die Kosten für die Kurse sind bei den jeweiligen Kursbeschreibungen aufgeführt. Der Gutschein kann entweder die kompletten Kosten decken, oder als Teilzahlung für einen teureren Kurs angerechnet werden.

Für Familien in prekären finanziellen Verhältnissen können bei entsprechendem Nachweis auch höhere Kursgebühren komplett übernommen werden (Gutscheinaufstockung).



**Kurse bei denen eine Aufstockung möglich ist, sind besonders gekennzeichnet.**

Als Nachweise gelten: Bescheid über den Bezug von Grundversicherung für Arbeitssuchende, Sozialhilfe, Kinderzuschlag, Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz, Berufsausbildungsbeihilfe, Ausbildungsgeld für behinderte junge Menschen, Existenzgründungsdarlehen oder die Vorlage eines Schuldentilgungsplans bei Privatinsolvenz **und** die Zusage der Mittel durch das Jugendamt.

## **STÄRKE II: Angebote für Familien in besonderen Lebenssituationen**

Mittel, die nicht für die Einlösung von Bildungsgutscheinen benötigt werden, sollen für Kursangebote für Familien in besonderen Lebenssituationen eingesetzt werden.

### **Was sind besondere Lebenssituationen im Sinne des Landesprogramms STÄRKE?**

Zu den besonderen Lebenssituationen zählen insbesondere:

- Alleinerziehung
- Frühe Elternschaft (mind. ein Elternteil unter 18 Jahren)
- Gewalterfahrung
- Krankheit (dazu zählt auch Sucht) und Behinderung eines Familienmitglieds
- Mehrlingsversorgung
- Migrationshintergrund
- Pflege- und Adoptivfamilie
- Prekäre finanzielle Verhältnisse
- Trennung und Unfall oder Tod eines Familienmitglieds

### **Wer kann an einem STÄRKE Kurs für Familien in besonderen Lebenssituationen teilnehmen?**

Eltern, die von einer der oben angeführten oder einer anderen besonderen Lebenssituation betroffen sind (vgl. hierzu das Kapitel „Heidelberg zeigt STÄRKE“). Die Kursteilnahme ist unabhängig vom Alter der Kinder.

Es besteht kein Rechtsanspruch auf Übernahme der Kursgebühren (Vorrang der Gutscheine). Die Anbieter können aber jeweils vor Kursbeginn beim Jugendamt erfragen, ob noch ausreichend Mittel vorhanden sind.

### **Wer kann STÄRKE Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen anbieten?**

Anbieter von **STÄRKE** Kursen müssen entweder Organisationen angehören, die die Rahmenvereinbarung **STÄRKE** unterzeichnet haben (z. B. Caritas, Diakonie, DPWV, DRK, AWO; Kinderschutzbund, VHS) oder dieser Rahmenvereinbarung beigetreten sind. Sie sind dann berechtigt für ihre Kursangebote mit dem **STÄRKE** Logo zu werben.

### **Welche Kurse können besucht werden? Was zeichnet Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen aus?**

Bei allen Angeboten für Familien in besonderen Lebenssituationen handelt es sich um:

- Umfangreichere Kurse (mehr als 8 Unterrichtseinheiten)
- Kurse, die auf besondere Belastungssituationen ausgerichtet sind und Lösungsmöglichkeiten für diese Belastungssituationen aufzeigen
- Kurse, in denen vermittelte Informationen durch Übungen vertieft und angewendet werden können
- Kurse in denen auf individuelle Fragen der Teilnehmer/-innen eingegangen werden kann
- Kurse in denen ein intensiver Austausch der Teilnehmer/-innen untereinander möglich ist.

Interessierte Eltern buchen den Kurs direkt beim Veranstalter ihrer Wahl und füllen dort den Antragsvordruck aus. Persönliche Angaben (Name, Adresse ...) werden nicht ans Kinder- und Jugendamt weiter geleitet. Die Anträge verbleiben beim Veranstalter.

#### **Was kostet ein Kurs?**

- Städte und Kreise in Baden-Württemberg können Zuschüsse zu den Kursgebühren gewähren, oder diese komplett übernehmen.
- In Heidelberg sind die Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen kostenlos.

#### **Das besondere Plus:**

##### **Hausbesuche im Anschluss an die Kursteilnahme**

Es ist eine große Herausforderung, neue Ideen und Anregungen aus einem Kurs in den Alltag zu übertragen. Deshalb gibt es im Rahmen von STÄRKE II die Möglichkeit weiterführende Beratung in Form von Hausbesuchen in Anspruch zu nehmen.

#### **Wer kann Hausbesuche in Anspruch nehmen?**

- Teilnehmer/-innen von Gutscheinkursen mit Aufstockung (Übernahme höherer Kursgebühren)
- Teilnehmer/-innen von Kursen für Familien in besonderen Lebenssituationen

#### **Wie viele Hausbesuche werden angeboten?**

- Mindestens 5 Hausbesuche
- Beratungsdauer insgesamt mindestens 10 Stunden

#### **Wer bietet Hausbesuche an?**

- Anerkannte Träger der Jugendhilfe, mit denen das Jugendamt eine Vereinbarung zum Kinderschutz nach §8a SGB VIII getroffen hat
- Einzelanbieter, die mit dem Jugendamt eine Vereinbarung analog zu §8a SGB VIII abgeschlossen haben.

**Bildungsträger,  
die Hausbesuche  
anbieten, sind in  
der Kursübersicht  
besonders  
gekennzeichnet!**



# Heidelberg zeigt STÄRKE

## Die Umsetzung des Landesprogramms STÄRKE in Heidelberg

Im Rahmen des **HE**idelberger **K**inderschutz **E**ngagements (**HEIKE**) nimmt Prävention und frühe, niedrigschwellige Unterstützung von Familien einen hohen Stellenwert ein. Dies zeigt sich unter anderem in Projekten wie:

- Ferienprogramm für Kinder und Jugendliche
- Elternberatung und Heilpädagogik an Kitas
- Keiner fällt durchs Netz

Mit der Umsetzung des Landesprogramms **STÄRKE** haben wir nun die Möglichkeit dieses breite Spektrum durch Maßnahmen der Elternbildung zu erweitern. Im intensiven Austausch mit unseren Kooperationspartnern ist es gelungen, ein vielseitiges Angebot an **STÄRKE** Kursen zusammen zu stellen. Für das erste Jahr stehen Kurse wie PEKIP, Baby-massage, Das Leben mit dem Baby, Eltern sein lernen oder Eltern den Rücken stärken zur Verfügung. Familien in besonderen Lebenssituationen können aus einer Vielzahl von Kursen mit unterschiedlichen Schwerpunkten auswählen.

Im Gespräch mit verschiedenen Kooperationspartnern hat sich gezeigt, dass Familien oft von mehreren besonderen Lebenssituationen betroffen sind. Dann fehlt schnell die Energie im Alltag. Scheinbar normale, alltägliche Anforderungen werden zu echten Herausforderungen.

Unser Kursangebot setzt deshalb in der Regel zunächst an allgemeinen Erziehungsthemen an. Neben der Vermittlung von Basiskompetenzen halten diese Kurse aber Module vor, mit denen sie flexibel und bedarfsgerecht auf verschiedene besondere Lebenssituationen eingehen können. In allen Kursen erfolgt eine enge Verknüpfung von Theorie (Vortrag, Film ...) und praktischen Übungen. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit sich intensiv mit anderen Kursteilnehmer/-innen auszutauschen und eigene Fragestellungen mit einzubringen. Bei Bedarf kann im Anschluss an einige Kurse aufsuchende Beratung (Hausbesuche) beantragt werden. Hier besteht dann die Möglichkeit neue Anregungen aus dem Kurs unter Anleitung in den Alltag umzusetzen.

Um möglichst viele Familien zu erreichen, haben wir uns um Angebote bemüht, die dort ansetzen, wo Eltern und Familien sowieso „angebunden“ sind und eine gewisse Vertrautheit besteht (Schulen, Kindergärten, Beratungsstellen ...). Wir hoffen so, die Hemmschwelle zur Kursteilnahme möglichst niedrig zu halten.

Darüber hinaus haben wir einige „fortlaufende Kurse“ im Angebot, bei denen der Einstieg jederzeit möglich ist. So entfallen unter Umständen Wartezeiten bis zu einem möglichen Kursbeginn.

# ***Ihre STÄRKE Ansprechpartner/-innen in Heidelberg***

---

## **STÄRKE I: Gutschein-Kurse**

Ute Strosny-Oser  
Plöck 2a  
69117 Heidelberg  
Telefon 06221 58-38080  
E-Mail [ute.strosny-oser@heidelberg.de](mailto:ute.strosny-oser@heidelberg.de)

## **STÄRKE II:**

### **Kurse für Familien in besonderen Lebenssituationen**

Iris Söhngen  
Friedrich-Ebert-Platz 3  
69117 Heidelberg  
Telefon 06221 58-37240  
E-Mail [iris.soehngen@heidelberg.de](mailto:iris.soehngen@heidelberg.de)

## **Ersatz-Gutscheine**

**(Verlust, Zuzug aus anderem Bundesland):**

Gernot Haas  
Friedrich-Ebert-Platz 3  
69118 Heidelberg  
Telefon 06221 58-37050  
E-Mail [gernot.haas@heidelberg.de](mailto:gernot.haas@heidelberg.de)

# *Gutscheinkurse*

*Institution  
Anbieter*

**AGFJ Familienhilfe-Stiftung Heidelberg**

Hospitalstraße 3  
69115 Heidelberg  
Telefon 06221 602810 oder 602791  
E-Mail c.hippe@agfj-heidelberg.de  
Internet www.agfj-heidelberg.de

**Ansprechperson**  
Claudia Hippe

*Kursangebote  
Gutscheinurse*

**Babyspaß mit PEKiP**

Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Angebot für Eltern mit ihren Kindern ab 6 Wochen bis zum ersten Lebensjahr, das über die Entwicklung von Babys informiert, die Bindung unterstützen soll und auf eine Frühförderung der Babys sowie einen Erfahrungsaustausch der Eltern abzielt.

**Zielgruppe**  
Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

**Teilnehmerzahl**  
5-6 Eltern mit ihren Kindern

**Dauer**  
10 x 1 ½ Stunden und Nachfolgekurse bis zum 1. Geburtstag des Kindes

**Ort**  
AGFJ, Heidelberg

**Kosten**  
75,- Euro  
Aufstockung möglich



## **Elterntreff am St. Josefskrankenhaus**

Wilhelmstr. 5  
69115 Heidelberg  
Telefon 06221 526690  
E-Mail [elterntreff@gmx.de](mailto:elterntreff@gmx.de)  
Internet [www.elterntreff-heidelberg.de](http://www.elterntreff-heidelberg.de)

**Ansprechperson**  
Margret Elsmeier-Stripf

### **PEKiP-Kurs**

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) versteht sich als eine Entwicklungsbegleitung für Babys während des gesamten 1. Lebensjahres.

Eltern werden unterstützt, ihr Kind gezielt zu beobachten und seine ganzheitliche Entwicklung wahrzunehmen sowie die Bedürfnisse des Babies zu erkennen und zu beantworten.

Die Aktivität des Kindes steht im Vordergrund, und durch die Anregungen wird es motiviert, selbst aktiv zu werden. Um den Babys die nötige Bewegungsfreiheit zu ermöglichen, sind diese unbekleidet.

Ihr Kind begegnet Gleichaltrigen in der Gruppe und nimmt mit diesen Kontakt auf.

Eltern finden Raum, Themen zu besprechen und Erfahrungen auszutauschen.

#### **Zielgruppe**

Familien mit Kindern im 1. Lebensjahr

#### **Teilnehmerzahl**

8 Eltern mit ihren Kindern

#### **Dauer**

3 Blöcke mit jeweils 10 – 12 Treffen

#### **Ort**

Elterntreff, Wilhelmstr. 5  
69115 Heidelberg

#### **Kosten**

je Block 80,- bis 96,- €  
Aufstockung möglich



weitere Angebote des Anbieters auf der folgenden Seite →

*Institution  
Anbieter*

*Kursangebote  
Gutscheinkurse*

### **Eltern den Rücken stärken**

Informationen über die kindliche Entwicklung, Erziehungsziele und -werte in der Familie und ihre Umsetzung. Wie können Eltern den eigenen Bedürfnissen und denen ihrer Kinder gerecht werden? Bedeutung und Umgang mit Regeln und Grenzen in der Erziehung. Ein Kurs zur Stärkung der Erziehungskompetenz.

#### **Zielgruppe**

Eltern mit Kindern von 1 – 4 Jahren

#### **Teilnehmerzahl**

8-10

#### **Dauer**

4 x 2 Stunden

#### **Ort**

Elterntreff Wilhelmstr. 5 · 69115 Heidelberg

#### **Kosten**

48,- €

Aufstockung möglich



### **Mit dem Baby leben**

Ziel ist es, die gute Bindung zwischen Eltern und Baby zu unterstützen, Bedürfnisse zu erkennen und zu beantworten und so dem Zusammenleben mit dem Baby einen guten Start zu verschaffen.

#### **Zielgruppe**

Eltern mit Babys ab der 4. Lebenswoche

#### **Teilnehmerzahl**

4-6 Eltern mit ihren Kindern

#### **Dauer**

4 x 1 ½ Stunden in zweiwöchigem Abstand

#### **Ort**

Elterntreff Wilhelmstr. 5 · 69115 Heidelberg

#### **Kosten**

40,- €

## **Evangelische Erwachsenenbildung Heidelberg**

Karl-Ludwig-Straße 1  
69117 Heidelberg

Telefon 06221 475381

E-Mail [eeb.heidelberg@kbz.ekiba.de](mailto:eeb.heidelberg@kbz.ekiba.de)

Internet [www.ekihd.de](http://www.ekihd.de)

### **Ansprechperson:**

Sebastian Klusak

### **PEKIP (Prager-Eltern-Kind-Programm)**

PEKiP steht für „Prager-Eltern-Kind-Programm“. Mütter/Väter nehmen sich gezielt Zeit, die körperliche, seelische und geistige Entwicklung ihres Kindes im ersten Lebensjahr intensiv wahrzunehmen und durch entsprechende Spiel- und Sinnesanregungen zu begleiten und zu unterstützen.

**Zielgruppe:** Eltern mit ihren Babys

**Teilnehmerzahl:** max. 8 Babys mit einem Elternteil

**Dauer:** 9 x 1 ½ Stunden

**Ort:** wird bei Anmeldung bekanntgegeben

**Kosten:** 80,- € · Aufstockung möglich



### **Gymnastik für Eltern mit ihren Kindern**

Neuartiges Muskel- und Erlebnistraining für Eltern mit Einbeziehung ihrer Kinder (4 Monate bis 1 Jahr). Es besteht aus Gymnastik, Spiel, Gesangs- und Muskeltraining und basiert auf Prinzipien von Pilates. Zur Verwendung kommen u.a. Bälle, Tücher, Bänder und Naturmaterialien.

**Zielgruppe:** Eltern und ihre Kleinkinder (4 Monate bis 1 Jahr)

**Teilnehmerzahl:** max. 12 Kleinkinder mit einem Elternteil

**Dauer:** 8 x 1 ½ Stunden

**Ort:** Heidelberg-Handschuhsheim

**Kosten:** 65,- € · Aufstockung möglich



**Institution  
Anbieter**

**Kursangebote  
Gutscheinurse**

**Institution  
Anbieter**

**Kaspar Hauser Institut**

Friedrichstraße 10  
68199 Mannheim  
Telefon 0621 8425545  
E-Mail [pohlgabriele@web.de](mailto:pohlgabriele@web.de)  
Internet [www.kasparhauserinstitut.de](http://www.kasparhauserinstitut.de)

**Ansprechperson**  
Gabriele Pohl

**Kursangebote  
Gutscheinurse**

**Elternkompetenzen stärken!**

Erziehung bedeutet heute nicht mehr, Gehorsam zu fordern und unbedingte gesellschaftliche Anpassung, sondern verlangt stärkere Achtsamkeit des Erziehenden für die Individualität des einzelnen Kindes. Eine sichere Bindung und eine emotionale Basis zwischen Eltern und Kindern werden heute aus entwicklungspsychologischer Sicht als unabdingbare Voraussetzungen für eine gesunde Entwicklung der Kinder und für den Aufbau eines positiven Selbstgefühls gesehen. BE-ziehung muss vor ER-ziehung stehen.

Der respektvolle Umgang miteinander und das situationsorientierte, adäquate Verhalten des Erwachsenen unter Berücksichtigung der jeweiligen Entwicklungsphase des Kindes soll unser Ziel sein. Erziehungsrezepte und Orientierung an genormten Lebensmodellen sind weder hilfreich noch angebracht, deshalb möchte ich mich mit Ihnen im offenen Gespräch gemeinsam den gestellten Fragen zuwenden und nach individuellen Lösungen suchen.

Eltern sind bei ihrer Erziehungsaufgabe heute weitgehend alleingelassen. In der gemeinsamen Reflexion ebenso wie im gemeinsamen Tun wird vieles leichter. Wünschenswert wäre es deshalb, wenn ein durch diese Abende initiiertes und in der Folge erweitertes soziales Netzwerk ermöglicht würde, um gelingende Elternschaft zu leben.

Themen sind unter anderem: Kinderängsten begegnen, alterstypische Krisen meistern, Aufmerksamkeitsstörungen, Medienkompetenz, Freiraum und Grenzen, Familienkultur.

Der Kurs wird in 3 Einheiten zu 4 Abenden gegeben. Nähere Informationen unter [www.kasparhauserinstitut.de](http://www.kasparhauserinstitut.de)

**Zielgruppe:** Eltern von Kindern bis 14 Jahren

**Teilnehmerzahl:** max. 15

**Dauer:** 4 x 1 ½ Stunden

**Ort:** Waldorfkindergarten Heidelberg- Neuenheim

**Kosten:** pro Einheit (4 Abende) 48,- € · Aufstockung möglich



*Institution  
Anbieter*

**Carmen Henz**

Kinderkrankenschwester  
Still -und Laktationsberaterin IBCLC

Telefon 06221 768112  
E-Mail carmen.henz@t-online.de

*Kursangebote  
Gutscheinkurse*

***In Liebe wachsen –  
Das Leben mit dem Baby***

**6-teiliger Kurs mit den Schwerpunkten Bindung und Stillen.**

Themen: sichere Schlafumgebung, Ernährung während der Stillzeit, „Schreibabys“, Sexualität und Verhütung, Stillen bei Berufstätigkeit, Durchschlafen, Beikost, Entwöhnen.

Ausführliche Infos auf den Seiten der Hebammenpraxis Lunaverde: [www.hebamme-hd.de](http://www.hebamme-hd.de)

**Zielgruppe**

Eltern, werdende Eltern und alle Interessierte

**Teilnehmerzahl**

6-12

**Dauer**

6 x 1 ½ Stunden (abends)

**Ort**

Hebammenpraxis Luna Verde  
Werderstraße 31  
69120 Heidelberg

**Kosten**

Je Abend 8,- €, bei Besuch der ganzen Reihe 40,- €

*Institution  
Anbieter*

**pro familia Heidelberg e. V.**

Hauptstr. 79  
69117 Heidelberg  
Telefon 06221 184440  
Fax 06221 168013  
E-Mail heidelberg@profamilia.de  
Internet www.profamilia-heidelberg.de

**Ansprechperson**  
Ulrike Mayer-Ullmann

*Kursangebote  
Gutscheinkurse*

**Eltern sein lernen**

- Eltern erfahren Grundlegendes über die Entwicklung ihres Kindes im ersten Lebensjahr und wie sie ihr Baby unterstützen können.
- Sie erfahren warum Spielen für die kindliche Entwicklung wichtig ist und welche Spielmaterialien geeignet sind.
- Sie bekommen Informationen rund um die Ernährung und wie der Übergang zur Familienkost gut gestaltet werden kann.
- Eltern sprechen über schwierige Situationen im Zusammenleben mit ihrem Baby und erfahren, welche Möglichkeiten es gibt mit diesen (besser) umzugehen.

**Zielgruppe**

Mütter und Väter mit einem Kind im ersten Lebensjahr

**Teilnehmerzahl**

Mindestens 6 max. 12

**Dauer**

4 x 1 ½ Stunden

**Ort**

Plöck 2a, 69117 Heidelberg

**Kosten**

40,- €

## **Raum für Eltern und Kind**

Lenastr.4  
69118 Heidelberg  
Telefon 06221 804320  
Internet [www.raum-für-eltern-und-kind.de](http://www.raum-für-eltern-und-kind.de)

### **Ansprechperson**

Rosemarie Koch-Eckart

**PEKiP-Kurs-AnbieterInnen im Raum Heidelberg-Nordbaden** finden Sie hier: [www.pekip-regionalgruppen.de/hd](http://www.pekip-regionalgruppen.de/hd)

## **PEKiP**

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) versteht sich als eine Entwicklungsbegleitung für Babys während des gesamten 1. Lebensjahres.

Eltern werden unterstützt, ihr Kind gezielt zu beobachten und seine ganzheitliche Entwicklung wahrzunehmen sowie die Bedürfnisse des Babys zu erkennen und zu beantworten.

Die Aktivität des Kindes steht im Vordergrund, und durch die Anregungen wird es motiviert, selbst aktiv zu werden. Um den Babys die nötige Bewegungsfreiheit zu ermöglichen, sind diese unbedeckt.

Ihr Kind begegnet Gleichaltrigen in der Gruppe und nimmt mit diesen Kontakt auf.

Eltern finden Raum, Themen zu besprechen und Erfahrungen auszutauschen.

### **Zielgruppe**

Eltern mit Kindern ab der 4.-6. Lebenswoche

### **Teilnehmerzahl**

8 Mutter/Vater-Kind-Paare

### **Dauer**

Einmal wöchentlich 1 ½ Stunden über das gesamte erste Lebensjahr

### **Ort**

Raum für Eltern und Kind  
Lenastr.4,  
69115 Heidelberg

### **Kosten**

10 Treffen 90,- € · Aufstockung möglich



*Institution  
Anbieter*

*Kursangebote  
Gutscheinkurse*

**Institution  
Anbieter**

**TSG Rohrbach e. V.**

Sportreferat Bereich Kinder und Jugend  
Am Rohrbach 57  
69126 Heidelberg

Telefon 06221 37 03 – 51  
E-Mail Kindersport@TSGRohrbach.de  
Internet www.tsgrohrbach.de

**Kursangebote  
Gutscheinkurse**

**Eltern und Babys in Bewegung**

Ein Sporterlebnis für Eltern und Babys. Der Kurs bietet eine einzigartige Kombination aus Pilates, Spiel, Gesang und Muskeltraining mit verschiedenen Kleingeräten. Durch gelenkschonende Ganzkörperübungen werden sowohl das Herz-Kreislauf-System aktiviert und trainiert, die Muskeln auf Vordermann gebracht, die Sinnesorgane des Babys stimuliert, als auch die Eigenständigkeit und die Entwicklung der Babys gefördert. Der Kurs ist auch optimal als Rückbildungsgymnastik geeignet und wird von den meisten Krankenkassen als Präventionsmaßnahme unterstützt.

**Zielgruppe**

Mütter, Väter und ihre Kinder (Alter: 4-18 Monate)

**Teilnehmerzahl**

8-12

**Dauer**

8 x 1 ¼ Stunden

**Ort**

FiTROPOLIS – Im Verein wohl fühlen  
Am Rohrbach 57  
69126 Heidelberg

**Kosten**

79,- € (TSG-Nichtmitglieder)

59,- € (TSG-Mitglieder)

Aufstockung möglich



**Universitätsklinik Heidelberg**  
**Department Orthopädie, Unfallchirurgie & Paraplegiologie**

Abt. Physiotherapie, Stichwort: Stärke

Schlierbacher Landstr. 200a  
69118 Heidelberg

Telefon 06221 966563 oder 0162 2999506

E-Mail [tanja.reichold@med.uni-heidelberg.de](mailto:tanja.reichold@med.uni-heidelberg.de)

Internet [www.klinikum.uni-heidelberg.de/Orthopaedische-Klinik.106690.0.html](http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/Orthopaedische-Klinik.106690.0.html)

**Der gelungene Start für Ihr Baby**

Wir vermitteln Ihnen Wissen über die Entwicklung Ihres Kindes im ersten Lebensjahr. Wir gehen auf Ihre Fragen ein: Was ist normal? Wo machen wir uns unnötig Sorgen? Wo braucht mein Kind Unterstützung? Wir beraten Sie aus medizinischer Sicht : Welches Spielzeug, welcher Kinderwagen, welcher Autositz, welche Förderung sind sinnvoll?

Modul 1: Einführung in die motorische Entwicklung von Geburt bis zum 6. Monat

Modul 2: Vorstellen der Säuglinge und Bewegungsanalyse- praktisches Üben, Umgang mit dem Baby

Modul 3: Einführung in die motorische Entwicklung vom 6. bis zum 12. Monat

Modul 4: Zusammenfassung des ersten Lebensjahres- Diskussion über Spielzeug, Tragetechniken, Spielsachen, Autositze etc.

Wir sind Physiotherapeutinnen mit jahrelanger Erfahrung in der Behandlung und Befundanalyse von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen.

**Zielgruppe**

Eltern und Ihre Babys , die ab November 2010 geboren sind

**Teilnehmerzahl**

6-8

**Dauer**

4 x 1 ½ Stunden

**Ort**

Orthopädische Klinik , Ebene 1, Raum 3

**Kosten**

40,- €

*Institution  
Anbieter*

*Kursangebote  
Gutscheinurse*

*Institution  
Anbieter*

**Universitätsklinik Heidelberg**

**Institut für psychosomatische Kooperationsforschung und Familientherapie**

Präventionsprojekt „Keiner fällt durchs Netz“

Bergheimer Straße 54  
69115 Heidelberg

Telefon 06221 56-38504

E-Mail andreas.eickhorst@med.uni-heidelberg.de

Internet [www.klinikum.uni-heidelberg.de/keiner-faellt-durchs-netz](http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/keiner-faellt-durchs-netz)

**Ansprechperson**

Dr. Andreas Eickhorst

*Kursangebote  
Gutscheinkurse*

**Das Baby verstehen**

Paare können sich in diesem Kurs auf die Zeit nach der Geburt vorbereiten.

- Wie Sorge ich gut für mich selbst?
- Wie können wir als Eltern zusammenarbeiten?
- Wie kann ich die Signale meines Babys wahrnehmen und richtig verstehen?

Ein Kurs mit vielen Informationen für die erste Zeit mit dem Baby, der das Zutrauen der Eltern in die eigenen Fähigkeiten stärken soll.

**Zielgruppe**

werdende Eltern (in der letzten Phase der Schwangerschaft)

**Teilnehmerzahl**

5-7 Paare

**Dauer**

5 x 1 ½ Stunden

**Ort**

Institut für psychosomatische Kooperationsforschung und Familientherapie

**Kosten**

50,- Euro

Aufstockung möglich



**Institution  
Anbieter**

**Volkshochschule Heidelberg e. V.**

Bergheimer Str. 76  
69115 Heidelberg

Telefon 06221 911911

Fax 06221 165133

E-Mail vhs@vhs-hd.de

Internet www.vhs-hd.de

**Ansprechperson**

Frank Feier

**Kursangebote  
Gutscheinkurse**

**Babymassage**

Die Indisch-Schwedische Babymassage ist ein schöner Weg für Mütter und Väter, ihrem Kind liebevolle und sanfte Zuwendung zu geben. So kann die Massage die Bindung zwischen dem Kind und seinen Eltern unterstützen. In der Ruhe der Kursstunden fällt es den Eltern leichter, die Signale ihres Babys noch besser verstehen zu lernen. Durch die Berührungen entspannen die Babys leichter und schlafen ruhiger. Die Kinder verbessern ihr Körpergefühl, außerdem werden Körperfunktionen wie die Verdauung gefördert, was Blähungen mildert.

Bitte ein großes Handtuch, eine wasserdichte Unterlage und Babymassageöl mitbringen.

**Zielgruppe**

Väter/Mütter mit Babys ab 5 Wochen

**Teilnehmerzahl**

8-10

**Dauer**

5 x 1 ½ Stunden

**Ort**

vhs-Heidelberg, Bergheimer Str. 76

**Kosten**

40,- Euro

weitere Angebote des Anbieters auf der folgenden Seite →

**PEKiP: Prager-Eltern-Kind-Programm**

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept, bei dem die Entwicklung von Babys ab der ca. sechsten Lebenswoche unter fachlicher Anleitung bis zum Ende des ersten Lebensjahres begleitet wird. Mittels individueller, d. h. auf den jeweiligen Entwicklungsstand abgestimmter, Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregungen können verborgene Entwicklungsmöglichkeiten des Kindes entdeckt und gefördert werden. Dabei haben die nackten Babys die Möglichkeit, sich spontan und intensiv zu bewegen und selbst aktiv zu werden. Das macht den Babys Spaß, lässt die Mütter bzw. Väter beim gemeinsamen Spiel die enge Verbundenheit mit dem Baby intensiv erleben und verstärkt ihre Wahrnehmung für die Entwicklung des Kindes. Gleichzeitig werden frühe Kontakte der Kinder zu Gleichaltrigen gefördert sowie die Kontaktaufnahme der Eltern untereinander erleichtert. Bitte mitbringen: Ein großes Handtuch und eine wasserdichte Unterlage. Die Kurse finden nicht in den Schulferien statt!

**Zielgruppe**

Kurse für Mütter/Väter und ihre Babys im ersten Lebensjahr

**Teilnehmerzahl**

8-10

**Dauer**

Diverse Angebote für die unterschiedlichen Altersgruppen  
Mehr Infos unter [www.vhs-hd.de](http://www.vhs-hd.de), Suchwort: PEKiP

**Ort**

vhs Heidelberg  
Bergheimer Str. 76  
69115 Heidelberg

**Kosten**

Je nach Angebot

# Kurse in Planung

## **Kooperation Krankenhaus Salem und Evangelische Stadtmission Heidelberg**

### **Männerfragen zum Vaterwerden**

Schwangerschaft, Geburt und die ersten Wochen zu Dritt –  
aus der Sicht des Mannes

### **Ansprechpersonen**

Stefan Lindenau

Telefon 06221 8936282

E-Mail [s.lindenau@vaterfragen.de](mailto:s.lindenau@vaterfragen.de)

Internet [www.vaterfragen.de](http://www.vaterfragen.de)

oder

Karin Biedert (leitende Hebamme der Elternschule)

Telefon 06221 483155

E-Mail [elternschule@stadtmission-hd.de](mailto:elternschule@stadtmission-hd.de)

### **Ort**

Villa Menge, Elternschule des Krankenhauses Salem

## **LuCa**

### **Genderfachstelle für Bildung und Gesundheit**

**Hurra wir bekommen ein Baby – Hilfe wir werden Eltern**

Grundkurs zu den Themen Eltern werden/Paar bleiben;  
kindliche Entwicklung; das Baby verstehen,...

**Spiel, Spaß und Kommunikation – damit wir uns gut verstehen**

Themenkurs mit vielen Anregungen zum gemeinsamen Spiel,  
praktischen Übungen rund ums erste Lebensjahr des Kindes

### **Ansprechperson**

Daniela Peine / Katrin Raabe

Telefon 06221 6526894

E-Mail [peine@luca-heidelberg.de](mailto:peine@luca-heidelberg.de)

Internet [www.luca-heidelberg.de](http://www.luca-heidelberg.de)

### **Ort**

Untere Neckarstraße 17, 69117 Heidelberg

***Kurse für Familien  
in besonderen  
Lebenssituationen***

**Institution  
Anbieter**

**AGFJ Familienhilfe-Stiftung Heidelberg**

Hospitalstraße 3  
69115 Heidelberg  
Telefon 06221 602810 oder 602791  
E-Mail c.hippe@agfj-heidelberg.de  
Internet www.agfj-heidelberg.de

**Ansprechperson**  
Claudia Hippe

**Kursangebote**

**Positiv und konsequent erziehen**

Die Kursteilnehmer sollen lernen, mit anstrengenden Alltagssituationen in der Erziehung positiv und sinnvoll umzugehen, das Zusammenleben entspannt zu gestalten, mehr Sicherheit in der Erziehung zu gewinnen, Stress zu verringern und Anregungen bekommen, wie Eltern ihre Kinder in der Entwicklung unterstützen können. Eigene Erziehungserfahrungen werden reflektiert.

**Zielgruppe:** Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl:** 6-12

**Dauer:** 5-6 x 2 Stunden

**Ort:** AGFJ, Heidelberg · Hausbesuche möglich



**Wenn zwei sich streiten, leidet der Dritte ... ?!**

Der Kurs informiert über verschiedene Aspekte von Trennungssituationen, z. B. wie Kinder die Trennung erleben, was es für Kinder bedeutet, überwiegend mit einem Elternteil aufzuwachsen, wie Kinder mit verschiedenen Erziehungsstilen umgehen können, wie Eltern ihre Kinder unterstützen können, mit der Trennung besser fertig zu werden oder wie Eltern auch nach der Trennung „Eltern“ bleiben können. Die emotionale Situation der Eltern und die zahlreichen Veränderungsanforderungen werden reflektiert.

**Zielgruppe:** Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl:** 6-12

**Dauer:** 5-6 x 2 Stunden

**Ort:** AGFJ, Heidelberg · Hausbesuche möglich



### **Mein Kind, die Schule und ich“**

Die Kursteilnehmer erfahren in diesem Kurs, was Kinder in und für die Schule brauchen, wie Eltern ihre Kinder am besten unterstützen können, was die Schule von Kindern und Eltern erwartet und wie Eltern mit ihren eigenen – eventuell negativen – Schulerfahrungen und Berührungspunkten umgehen können.

**Zielgruppe:** Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl:** 6-12

**Dauer:** 5-6 x 2 Stunden

**Ort:** AGFJ, Heidelberg · Hausbesuche möglich



### **Kleine Kinder kleine Sorgen – große Kinder große Sorgen?**

Der Kurs gibt einen Überblick über die Entwicklung von Kindern vom Babyalter bis zur Pubertät. Außerdem informiert er darüber, welche Form der Unterstützung, Begleitung/Förderung und Erziehung in welchem Alter notwendig ist und auch, was die Eltern in den verschiedenen Altersstufen bewegt.

**Zielgruppe:** Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl:** 6-12

**Dauer:** 5-6 x 2 Stunden

**Ort:** AGFJ, Heidelberg · Hausbesuche möglich



### **Mein Kind hat AD(H)S – und jetzt?**

Die Kursteilnehmer erhalten allgemeine Informationen zum Thema AD(H)S z.B. Diagnose, Ursachenforschung, Medikamente und Therapie sowie praktische Hilfestellung für den Familienalltag, u.a. Gestaltung einer positiven Beziehung, hilfreiches Erziehungsverhalten. Hilfsmittel für AD(H)S Kinder/Umgang mit Leistungsanforderungen und weitere Unterstützungsmöglichkeiten werden besprochen.

**Zielgruppe:** Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl:** 6-12

**Dauer:** 5-6 x 2 Stunden

**Ort:** AGFJ, Heidelberg · Hausbesuche möglich



**Institution  
Anbieter**

**Caritasverband Heidelberg e. V.**

Turnerstraße 38  
69126 Heidelberg

Telefon 06221 330320 oder 06221 720645

E-Mail karl.emer@caritas-heidelberg.de,

Internet www.caritas-heidelberg.de

Ansprechperson  
Karl Emer

**Kursangebote**

**„Fit Kids, Kinder unter 4“**

Was können Eltern für eine altersgerechte Entwicklung ihrer Kinder tun? Was sind wichtige Aspekte bezüglich körperlicher Gesundheit und Sicherheit? Welche emotionalen Bedürfnisse hat ein Kind und wie können Eltern diese wahrnehmen und deuten? Wie können Eltern sich sinnvoll mit ihren Kindern beschäftigen (Spiel, Spaß Bewegung, Naturerlebnisse ...)?

Welche Chancen und Probleme birgt Zweisprachigkeit für Kinder mit Migrationshintergrund?

Aufgrund der Tatsache, dass Familien häufig von mehreren besonderen Lebenssituationen betroffen sind, findet eine enge Kooperation mit weiteren Diensten statt (Erziehungsberatung, Frühförderung, Schuldnerberatung / Schuldenprävention, Migrationsberatung / Integrationskursträger, Antiaggressionstraining / Kriminalprävention)

**Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

**Dauer**

8 x 2 Stunden

**Ort**

Heilpädagogischer Hort  
Im Mörgelgewann 11 B  
69124 Heidelberg

**Hausbesuche möglich**



## **Wiebke Hartmann**

Angelweg 18  
69121 Heidelberg  
Telefon 06221 800054  
E-Mail [wieb.hartmann-wiebke@web.de](mailto:wieb.hartmann-wiebke@web.de)

*Institution  
Anbieter*

### **STÄRKE Kurs für Eltern mit Migrationshintergrund**

Mobilität und Mehrsprachigkeit sind Erfordernisse der modernen Arbeitswelt. So gesehen ist der Migrationshintergrund von Eltern eine Stärke, die sie ihren Kindern mitgeben. Doch ist es nicht immer leicht, sich in einem fremden Schulsystem in einem neuen Land zurechtzufinden..

Dieser STÄRKE-KURS soll das deutsche Bildungssystem verständlich machen und Informationen vermitteln, wo man sich in welchen Situationen Rat und Hilfe holen kann. Die Eltern werden ermuntert, Erfahrungen zu Themen von Identität, Mehrsprachigkeit und Kulturkonflikten auszutauschen. Gemeinsam gilt es heraus zu finden, wie und inwieweit eigene Traditionen, Werte und Sitten zu wahren und gleichzeitig die des Aufnahmelandes zu respektieren und zu übernehmen sind. Auch geht es darum, wie Eltern ihren Kindern beistehen können, Netzwerke zu knüpfen und Freundschaften zu schließen.

#### **Zielgruppe**

Eltern mit Migrationshintergrund, auch binationale Paare, vorzugsweise mit Kindern im Einschulungsalter, Basis-Deutschkenntnisse zur Kommunikation nötig

#### **Teilnehmerzahl**

6-10

#### **Dauer**

8 x 1 ½ Stunden (abends)

#### **Ort**

Alte Eppelheimer Str. 38, 69115 Heidelberg

**Hausbesuche möglich**



*Kursangebote*

**Institution  
Anbieter**

**Kaspar Hauser Institut**

Friedrichstraße 10  
68199 Mannheim  
Telefon 0621 8425545  
E-Mail pohl@web.de  
Internet www.kasparhauserinstitut.de

**Ansprechperson**  
Gabriele Pohl

**Kursangebote**

**Wenn Eltern getrennt sind**

- Wie können wir Eltern nach einer beendeten Liebesbeziehung Eltern bleiben?
- Wie nehme ich Abschied von diesem Lebensabschnitt, um wirklich neue Wege gehen zu können?
- Wie gestalte ich die Situation mit meinem Kind und ohne dieses?
- Wie kann ich für mich selbst sorgen und was braucht mein Kind ?
- Wie kann ich in meinem Beruf leistungsfähig bleiben und wie soll ich bei den ganzen Anforderungen noch Kraft und Zeit für mein Kind aufbringen?
- Wer hilft mir, wenn ich krank bin oder mein Kind?
- Wer hilft mir, die ganze Verantwortung zu tragen?
- Auf wessen Hilfe kann ich bauen?
- Wie können die Anliegen und Wünsche aller Beteiligten dieser Familie unter einen Hut gebracht werden? Wie ersetzt man das väterliche/das mütterliche Element? Kann man Vater und Mutter zugleich sein?
- Wie kann und soll die Besuchsregelung aussehen?
- Wie sind die Erziehungsstile des Vaters/der Mutter meiner Kinder mit meinem zu vereinbaren?

Viele Fragen türmen sich plötzlich vor einem auf. Manchmal ist Innehalten von Nöten, man braucht Menschen, die diese Situation kennen und man braucht professionellen Rat. Eltern in Trennung leisten viel, sind erfindungsreich und Zeitkünstler. Oft nehmen sie ihre Stärken aber noch gar nicht wahr. Gemeinsam sollen diese aufgespürt werden. Das Seminar soll die Möglichkeit bieten, sich auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und sich gegenseitig zu stärken.

**Zielgruppe:** Väter oder Mütter in Trennung/ getrennte Eltern/ Alleinerziehende

**Teilnehmerzahl:** Max. 10

**Dauer:** 2 Samstagvormittage

**Ort :** Waldorfkindergarten Heidelberg- Neuenheim

*Institution  
Anbieter*

### **Kinderschutz-Zentrum Heidelberg**

Adlerstraße 1/6  
69123 Heidelberg  
Telefon 06221 73921-34  
E-Mail weyrich@awo-heidelberg.de  
Internet www.awo-heidelberg.de

**Ansprechperson:**  
Frauke Weyrich

*Kursangebote*

### **„Freiheit in Grenzen- Liebevoll Grenzen setzen“**

In jedem Beruf lässt man sich coachen, warum nicht auch im Beruf Eltern? Wir bieten sechs Termine an, in denen Methoden des achtsamen Umgangs mit Kindern erlernt werden.

Dabei wird für jede Familie geschaut, wie angemessene Regeln in den Alltag eingebaut werden können, wie ständige Konflikte gut gelöst werden können und wo die Kinder jeweils in der Entwicklung stehen. Sie werden aus diesem Kurs Handwerkszeug mitnehmen, beispielsweise Techniken zur Konfliktlösung oder zur Kommunikation. Ziel des Kurses wird außerdem eine entwicklungsfördernde Haltung und positive Bindung zum Kind sein.

Die Kinder sollen gestärkt werden, die Erwachsenen Sicherheit im Umgang mit dem Kind ausstrahlen, zum Beispiel wenn sie Kinder dazu bringen müssen, etwas zu tun, was sie nicht wollen, wie die Zähne zu putzen.

Diese Erziehungskompetenz wird über Film, Übungen, Vortrag und Diskussionen vermittelt.

Falls erwünscht, können nach Abschluss der sechs Termine noch weitere kostenlose Hausbesuche vereinbart werden, um das Erlernte in der Familie zu vertiefen und mögliche „Störzonen“ zu entschärfen.

#### **Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl:** 6-12

**Dauer:** 6 x 1 ½ Stunden

#### **Ort**

in folgenden Kindertagesstätten:

Mittermaierstr. 15, 69115 Heidelberg (AWO),

Hegenichstr. 2/2 und Im Hüttenbühl 8, 69124 Heidelberg (Stadt Heidelberg)

**Hausbesuche möglich**



**päd-aktiv e. V.**

Brückenkopfstraße 17

69120 Heidelberg

Telefon 06221 141230

E-Mail [britta.lenders@paed-aktiv.de](mailto:britta.lenders@paed-aktiv.de)

Internet [www.paed-aktiv.de](http://www.paed-aktiv.de)

**Ansprechperson**

Dr. Britta Lenders

*Institution*

*Anbieter*

**Elternseminar IGH Primarstufe**

Wie können schwierige Erziehungssituationen gemeistert werden? Wie kann ein gutes Miteinander zwischen Eltern und Kindern (wieder) angebahnt werden? Wie können Eltern das soziale Verhalten ihrer Kinder verstärken und wie kann man Kinder in ihrer schulischen Entwicklung unterstützen?

Ein Elternkurs mit viel Spielraum für persönliche Fragen, der Eltern zu einer Erziehungspartnerschaft mit der Schule anregen möchte um sich gegenseitig zu unterstützen.

**Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl**

6-8

**Dauer**

8 x 1 ½ Stunden (Abendtermine unter der Woche)

**Ort**

IGH Primarstufe

Baden-Badener-Straße 14

69126 Heidelberg

*Kursangebote*

weitere Angebote des Anbieters auf der folgenden Seite →

***Elternseminar Emmertsgrund***

Wie können schwierige Erziehungssituationen gemeistert werden? Wie kann ein gutes Miteinander zwischen Eltern und Kindern (wieder) angebahnt werden? Wie können Eltern das soziale Verhalten ihrer Kinder verstärken und wie kann man Kinder in ihrer schulischen Entwicklung unterstützen?

Ein Elternkurs mit viel Spielraum für persönliche Fragen, der Eltern zu einer Erziehungspartnerschaft mit der Schule anregen möchte um sich gegenseitig zu unterstützen.

**Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl**

6-8

**Dauer**

3 Samsage à 4 Stunden (jeweils von 9:30 bis 13:30)

**Ort**

Grundschule Emmertsgrund

Forum 1

69126 Heidelberg

## **pro familia Heidelberg e. V.**

Hauptstr. 79  
69117 Heidelberg

Telefon 06221 184440

Fax 06221 168013

E-Mail heidelberg@profamilia.de

Internet www.profamilia-heidelberg.de

### **Ansprechperson**

Ulrike Mayer-Ullmann

*Institution  
Anbieter*

## **Montagstreff für alleinerziehende Mütter mit ihren Kindern**

Forum andere alleinerziehende Mütter kennen zu lernen, damit sie ein soziales Netzwerk aufbauen können und zur Stärkung ihrer Elternkompetenz.

Begleitung und Unterstützung im Einzelfall in Alltagsfragen, Erziehungs- und Gesundheitsfragen oder im Umgang mit dem anderen Elternteil.

Kinderbetreuung!

### **Zielgruppe**

Mütter, die seit Geburt ihres Kindes oder nach Trennung alleinerziehend sind und ihre Kinder.

### **Teilnehmerzahl**

offener Treff (ohne Anmeldung)

### **Dauer**

montags von 16-18 Uhr

### **Ort**

Plöck 2a  
69117 Heidelberg

*Kursangebote*

weitere Angebote des Anbieters auf den folgenden Seiten →

**MuKiB I und II**

**Kurs zur Stärkung und Förderung der MUTterKIndBindung .**

Die Kurse beinhalten vor allem Spiel und Spaß für Mutter und Kind. Neben neuen Spielen und Liedern mit den Kindern, bietet sich die Möglichkeit zum gegenseitigen Kennen lernen und zum miteinander reden. Es werden jede Menge Infos über die Entwicklung des Kindes und die Möglichkeit der Unterstützung durch die Eltern gegeben. Konkrete Fragen können besprochen werden. z.B. Wie beruhige ich mein Kind? Wie lernt es schlafen? Wie ist das mit dem Essen? Und vieles mehr.

**Zielgruppe**

MuKiB I : für Mütter in besonderen Lebenssituationen mit Kindern im 1. Lebensjahr  
freitags von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

Leitung: Rosemarie Koch-Eckart , Dipl. Sozialarbeiterin, PEKiP - Gruppenleiterin

MuKiB II: für Mütter in besonderen Lebenssituationen mit Kindern im 2. und 3. Lebensjahr  
dienstags von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

Leitung: Luise Yulafci, Dipl. Sozialpädagogin, PEKiP – Gruppenleiterin

**Besonderheit**

alle Nationalitäten sind willkommen, Dolmetscher (türkisch) möglich

**Teilnehmerzahl**

6-8

**Ort**

Forum 5 (Untergeschoss)  
Heidelberg - Emmertsgrund

**Dauer**

wöchentlich, mindestens 10 Termine, jederzeit einzusteigen möglich

## **Ourspace**

### **Treffpunkt für junge Mütter, Väter mit ihrem Kind und Schwangere bis 21 Jahren mit Kursangebot zur Geburtsvorbereitung und Rückbildung**

Finden der neuen Elternrolle, Bewältigung des Alltags mit Kind.

Neben Informationen über Gesundheit, Ernährung und Entwicklung des Babys werden die jungen Eltern vor allem darin gestärkt, die kindlichen Bedürfnisse (nach Schlaf, Spiel, Zuwendung etc.) wahr zu nehmen. Der Alltag mit dem Kind muss organisiert und bewältigt werden, Fragen rund um Ausbildung, Behördengänge oder Jobsuche zu besprechen sind genauso Teil der Gruppengespräche, wie die Partnerschaft oder das Alleinsein.

Entwicklungspsychologische Beratung und intensivere Begleitung im Einzelfall, auch durch Hausbesuche ist möglich, wenn erwünscht.

Im speziellen Geburtsvorbereitungskurs informiert eine junge Hebamme über die Entwicklung des Kindes im Bauch, die Geburt und die Zeit danach. Sie betreut die jungen Mütter auch nach der Geburt .

#### **Zielgruppe**

junge Eltern mit ihrem Kind, junge schwangere Frauen bis 21 Jahren

#### **Teilnehmerzahl**

max. 6 junge Mütter, Väter oder Schwangere bis 21 Jahre

#### **Ort**

pro familia Beratungsstelle, Hauptstr. 79, 69117 Heidelberg

#### **Dauer**

jeden 2. und 4. Donnertag im Monat 15-17 Uhr

weitere Angebote des Anbieters auf den folgenden Seiten →

***Aktiv mit Kind am Wochenende***

Kinder sind neugierig, wollen viel wissen, viel entdecken und mit den Eltern Spannendes und Neues erleben. Das abwechslungsreiche Kursangebot am Wochenende bietet Eltern mit ihren Kindern gemeinsame aktive Unternehmungen an, wie:

- spielerisch die Natur entdecken in der „Grünen Schule“ im Botanischen Garten und im Klostergarten des Stift Neuburg,
- sich gemeinsam sportlich betätigen und Neues kennen lernen,
- das gemeinsame Gestalten und Feiern einer (Faschings-) Party.

Eltern und Kinder kochen und essen Leckeres, Preiswertes, Gesundes, das auch Kinder gerne mögen, entdecken gemeinsam die Welt, experimentieren und lernen Naturphänomene interaktiv kennen.

Auch für die Mütter und Väter bleibt Zeit

- sich Gedanken zu machen über sich, die Vereinbarkeit von Arbeit, Familie, Kinder und Freizeit,
- sich zu informieren, wie sie richtig reagieren bei Krankheit des Kindes und wie sich Unfälle vermeiden lassen.
- sich als (getrennte) Eltern auszutauschen, wie die Situation so gestaltet werden kann, dass es dem Kind gut geht,
- Kontakte zu anderen Eltern in einer ähnlichen Lebenssituation zu knüpfen.

**Zielgruppe**

Eltern mit Kindern in besonderen Lebenssituationen

**Teilnehmerzahl**

mindestens 8 Eltern mit ihrem(n) Kind(ern)

**Ort**

verschiedene Orte in Heidelberg

**Dauer**

10 x samstags oder sonntags, ca. 3 ½ bis 5 Stunden

## **Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Caritasverband Heidelberg e. V.**

Bahnhofstraße 55/57  
69115 Heidelberg

Telefon 06221/409024

E-Mail [team@psychologischeberatung-hd-caritas.de](mailto:team@psychologischeberatung-hd-caritas.de)

Internet [www.psychologischeberatung-hd-caritas.de](http://www.psychologischeberatung-hd-caritas.de)

Ansprechpersonen

Andrea Hafner-Preuß

Elisabeth Wagener

*Institution  
Anbieter*

### **„Kess“**

Wie lerne ich die sozialen Grundbedürfnisse des Kindes zu achten? Wie kann ich Verhaltensweisen des Kindes verstehen und angemessen darauf reagieren? Wie kann ich mein Kind ermutigen, wie Konflikte entschärfen und die Selbständigkeit meines Kindes fördern?

Ein Elterntaining mit vielen Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, mit kurzen Übungen, Demonstrationen und Anregungen für die Praxis zu Hause,...

#### **Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

#### **Teilnehmerzahl**

max. 10

#### **Dauer**

5 x 2 Stunden (abends)

#### **Ort**

Psychologische Beratungsstelle  
Bahnhofstraße 55/57  
69115 Heidelberg

**Hausbesuche möglich**



weitere Angebote des Anbieters auf den folgenden Seiten →

*Kursangebote*

### **Spaß und Freude bei der Erziehung**

Was braucht ein Kind? Wie kann man eine gesunde kindliche Entwicklung fördern? Wie kann man altersgerechte Regeln und Grenzen setzen? Wie schafft man es konsequent zu sein? Wie kann man ein gutes Familienklima fördern? Wie kann man mit Konflikten und Streit umgehen?

Ein Elternkurs zu Grundsatzfragen der Erziehung und Entwicklung von Kindern. Mit praktischen Beispielen, Übungen, Rollenspielen, Selbstreflexion und Anregungen für die praktische Umsetzung zu Hause.

#### **Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

#### **Teilnehmerzahl**

max. 10

#### **Dauer**

6 x 1,5 Stunden (nachmittags)

**Ort:** Kindergarten Boxberg und Kindertagesstätte Wilhelmsfelderstraße

**Hausbesuche möglich**



### **Meine Kinder – Deine Kinder – Unsere Familie Als Patchworkfamilie leben“**

Das Leben in einer Patchworkfamilie ist oft mit Stress und Chaos verbunden. Wie kann ein Zusammenwachsen als „neue“ Familie gelingen? Wie kann eine neue Rollenverteilung aussehen: für Kinder, Eltern, Stiefmütter und/oder Stiefväter? Welchen Raum gibt es für die Paarbeziehung?

Ein Kurs für alle, die als Patchworkfamilie leben und neugierig sind auf neue Ideen/Anregungen und den Austausch mit anderen Betroffenen

#### **Zielgruppe**

Einzelne und Paare aus Patchworkfamilien

#### **Teilnehmerzahl**

5-6

#### **Dauer**

6 x 1 ½ Stunden

**Ort:** Psychologische Beratungsstelle, Bahnhofstr. 55/57, 69115 Heidelberg

**Hausbesuche möglich**



## **Ute Strosny-Oser**

Mittelgewann 17

68723 Schwetzingen

Telefon 0151 21515493

E-Mail [strosny-familientherapie@web.de](mailto:strosny-familientherapie@web.de)

Internet [www.strosny-osereleitercoach.com](http://www.strosny-osereleitercoach.com)

*Institution  
Anbieter*

## **Wir schaffen's miteinander!**

Wie können Eltern sich ihrer Stärken und Fähigkeiten in der Kindererziehung bewusst werden und diese weiter ausbauen? Wie können Eltern ihre Kinder und deren Selbstwertgefühl stärken? Wie kann die Eltern-Kind-Bindung gefördert werden und wie können Familien lernen schwierige Situationen gemeinsam sinnvoll zu meistern? Ein lösungsorientierter Kurs basierend auf dem Konzept von „Ich schaff's“ (Ben Furman und Thomas Hegemann) und den Methoden der systemischen Familientherapie.

### **Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen

### **Teilnehmerzahl**

8

### **Dauer**

5 x 1 ½ Stunden und

2 Hausbesuche (einer zwischen dem 2. und 4. Treffen und einer am Ende des Kurses)

### **Ort**

Caritasverband Heidelberg e. V., Turnerstraße 38, 69126 Heidelberg

Hausbesuche möglich



*Kursangebote*

**Institution  
Anbieter**

**terz – Praxis für Erziehungsfragen**

Poststr. 48  
69115 Heidelberg  
Telefon 06221 914387  
E-Mail [info@terz-heidelberg.de](mailto:info@terz-heidelberg.de)  
Internet [www.terz-heidelberg.de](http://www.terz-heidelberg.de)

**Ansprechpersonen**

Katrin Guttenberg  
Sonja Foehl

**Kursangebote**

**Elterntrainingskurs Triple P (Kids-Kurs und TEEN-Kurs)**

Das Erziehungskonzept TripleP unterstützt Eltern bei der Kindererziehung und hilft den Familienalltag einfacher und harmonischer zu gestalten.

Anregungen zum Aufbau einer positiven Beziehung zum Kind gehören ebenso zu den Inhalten, wie Tipps zur Förderung der kindlichen Entwicklung. Auch der Umgang mit schwierigen Situationen wird berücksichtigt.

Im Elterntrainingskurs werden im Rahmen von Gruppensitzungen Erziehungsstrategien vermittelt. Sie werden durch Videoausschnitte anschaulich demonstriert und anhand von Folien durchgesprochen. Mithilfe von Rollenspielen, verschiedenen Übungen und Hausaufgaben lernen die Eltern die praktische Umsetzung dieser Erziehungsstrategien.

**Zielgruppe**

Familien in besonderen Lebenssituationen  
Kidskurse: Alter der Kinder 2 bis 10 Jahre  
TEEN-Kurs: Alter der Kinder 10 bis 16 Jahren

**Teilnehmerzahl**

5-8 (mindestens 3 Familien)

**Dauer**

6 x 2 ½ Stunden und zwei Hausbesuche oder Telefonkontakte

**Ort**

Räume des ASS-Lerntherapiezentrum  
Poststr. 48 · 69115 Heidelberg

**Hausbesuche möglich**



# Kurse in Planung

## **AGFJ**

**Rucksack-Projekt: ein Konzept zur Sprachförderung und Elternbildung für Mütter und Kinder mit Migrationshintergrund**

### **Ansprechperson**

Claudia Hippe

Telefon 06221 602810 oder 602791

E-Mail c.hippe@agfj-heidelberg.de

## **Christiane Bindseil**

**Familie und Beruf im Gleichgewicht – wie gelingt das auch mit der Verantwortung für ein behindertes / chronisch krankes Kind?**

Ein Kurs für Eltern, die eine gute Balance suchen zwischen der Verantwortung für die Familie / das behinderte Kind und dem (Wiedereinstieg in den) Beruf

### **Ansprechperson**

Christiane Bindseil

Telefon 0160 5564930

E-Mail christiane.bindseil@hausgemeinschaften.de

## **Evangelische Erwachsenenbildung Heidelberg**

**Starke Eltern – starke Kinder speziell**

Familien in besonderen Lebenssituationen verbringen ein gemeinsames Wochenende in einer Jugendherberge. Elternkurs mit Kinderbetreuung, vor allem für Alleinerziehende und Familien in Patchworksituationen.

## **Anita Huge-Stöhr**

**Wie umarme ich einen Kaktus?**

Elterncoaching für Familien mit Teenagern / Herausforderung Pubertät als Belastungsprobe für die Familie

**Vom Leben mit einem besonderen Kind**

Kursangebot für Familien mit behinderten / chronisch kranken Kindern; in Kooperation und in den Räumlichkeiten der Kita Pustelblume

**Pubertät, Zukunftsplanung und Behinderung –**

**Erwachsen werden unter besonderen Umständen**

Ein Kurs für Familien, die sich mit ihren behinderten/ chronisch kranken Jugendlichen der Herausforderung Pubertät und Zukunftsplanung stellen; in Kooperation und in den Räumlichkeiten der Graf von Galen Schule

### **Ansprechperson**

Anita Huge-Stöhr

Telefon 06221 7785055

E-Mail huge-stoehr@gmx.net

## ***Internationales Frauen- und Familienzentrum***

Angebot für Familien mit Migrationshintergrund

### ***LuCa Heidelberg***

**Genderfachstelle für Bildung und Gesundheitsförderung –  
Mädchenhaus Heidelberg e. V.**

**Magersucht und Bulimie – Essstörungen als besondere  
Herausforderung für das Familienleben**

Informationen, Austausch und Unterstützung zum Thema Essstörungen  
für besorgte und betroffene Eltern

**Wie stärke ich meinen Sohn? Typisch Jungs!**

Ein Elterntraining zu den Herausforderungen von Jungen und ihren  
ganz eigenen Schwierigkeiten

#### **Ansprechpersonen**

Katrin Raabe / Hans-Joachim Lenz

Telefon 06221 6525894

E-Mail [mail@luca-heidelberg.de](mailto:mail@luca-heidelberg.de)

#### **Ort**

Untere Neckarstraße 17, 69117 Heidelberg

### ***Luise-Scheppler-Heim e. V.***

Elternschule

# Literatur

---

Angelika Gregor

**„Was unser Baby sagen will“**

ISBN: 978-3-49701-927-4

Arnold Lohaus/Matthias Jerusalem/Johannes Klein-Heßling

**„Gesundheitsförderung im Kinder- und Jugendalter“**

ISBN: 978-3-80171-776-6

Christel Rech-Simon/Fritz Simon

**„Survival-Tipps für Adoptiveltern“**

ISBN: 978-3-89670-654-6

Bergmann/Hüther

**„Computer-süchtig“**

Kinder im Sog der modernen Medien

ISBN: 978-3-491-42112-7

Dreikurs, Rudolf/Blumenthal, Erik

**„Wie Eltern besser werden. Die häufigsten Erziehungsfehler und ihre Lösungen“**

Von dem Autor „Kinder fordern uns heraus“

ISBN: 978-3-608-94600-0

Van den Brouck, Jeanne

**„Handbuch für Kinder mit schwierigen Eltern“**

Mal eine andere Blickrichtung

ISBN: 978-3-608-91765-9

Eia Asen

**„So gelingt Familie“**

Hilfen für den alltäglichen Wahnsinn

ISBN: 978-3-89670-606-5

Matthias Ochs/Rainer Orban

**„Familie geht auch anders“**

Wie Alleinerziehende, Scheidungskinder und Patchworkfamilien glücklich werden.

ISBN: 978-3-89670-655-3

Achim Schad

**„Kinder brauchen mehr als Liebe“**

Klarheit, Grenzen, Konsequenzen

ISBN: 978-3-89670-733-8

Hüther / Nitsch

**„Wie aus Kindern glückliche Erwachsene werden“**

Anregungen in Form von Spielen zur Entwicklung der Persönlichkeit in puncto Vertrauen, Begeisterung, Aktivität und der Übernahme von Verantwortung

ISBN: 978-3833807473

Steve Biddulph

**„Das Geheimnis glücklicher Kinder“**

ISBN: 978-3833807473

Jane Nelson

**„Kinder brauchen Ordnung“**

Praktische Grundsätze für die Erziehung

ISBN: 978-3442162901

Jirina Prekop

**„Ich halte dich fest, damit du frei wirst“**

Die Festhaltetherapie; Grundlagen u. Anwendungen

ISBN: 978-3466308125

Michael Winterhoff

**„Warum unsere Kinder Tyrannen werden“**

„Tyrannen müssen nicht sein“

ISBN: 978-3442171286

Wolfgang Bergmann

**„Ich bin der Größte und ganz allein“**

Der neue Narzißmus unserer Kinder

ISBN: 978-3491401587

# Link- Liste

---

Informationen zu den städtischen Angeboten und Diensten für Heidelberger Familien

[www.heidelberg.de](http://www.heidelberg.de)

>Button: Familienoffensive

Onlineberatung für Kinder und Jugendliche aus Heidelberg und Rhein-Neckar-Kreis, Zusammenschluss der Erziehungsberatungsstellen der Region

[www.von-mir-aus.de](http://www.von-mir-aus.de)

Informationen zum Landesprogramm Stärke

[www.kvjs.de](http://www.kvjs.de)

>Jugendhilfe >Stärke

AGFJ Familienhilfe-Stiftung Heidelberg

[www.agfj-heidelberg.de](http://www.agfj-heidelberg.de)

Caritasverband Heidelberg e. V.

[www.caritas-heidelberg.de](http://www.caritas-heidelberg.de)

Elterntreff am St. Josefskrankenhaus

[www.elterntreff-heidelberg.de](http://www.elterntreff-heidelberg.de)

Evangelische Erwachsenenbildung Heidelberg

[eeb.heidelberg@kbz.ekiba.de](http://eeb.heidelberg@kbz.ekiba.de)

Wiebke Hartmann

[wiebke.hartmann-wiebke@web.de](mailto:wiebke.hartmann-wiebke@web.de)

Kaspar Hauser Institut

[www.kasparhauserinstitut.de](http://www.kasparhauserinstitut.de)

Kinderschutz-Zentrum Heidelberg

[www.awo-heidelberg.de](http://www.awo-heidelberg.de)

Kooperation Krankenhaus Salem und Evangelische Stadtmission Heidelberg

[www.vaterfragen.de](http://www.vaterfragen.de)

LuCa – Genderfachstelle für Bildung und Gesundheit

[www.luca-heidelberg.de](http://www.luca-heidelberg.de)

päd-aktiv e. V.

[www.paed-aktiv.de](http://www.paed-aktiv.de)

PEKiP-Kurs-AnbieterInnen im Raum Heidelberg-Nordbaden

[www.pekip-regionalgruppen.de/hd](http://www.pekip-regionalgruppen.de/hd)

pro familia Heidelberg e. V.

[www.profamilia-heidelberg.de](http://www.profamilia-heidelberg.de)

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern – Caritasverband Heidelberg e. V.

[www.psychologischeberatung-hd-caritas.de](http://www.psychologischeberatung-hd-caritas.de)

Raum für Eltern und Kind

[www.raum-für-eltern-und-kind.de](http://www.raum-für-eltern-und-kind.de)

Ute Strosny-Oser

[www.strosny-oserealtercoach.com](http://www.strosny-oserealtercoach.com)

terz – Praxis für Erziehungsfragen

[www.terz-heidelberg.de](http://www.terz-heidelberg.de)

TSG Rohrbach e. V.

[www.tsgrohrbach.de](http://www.tsgrohrbach.de)

Universitätsklinik Heidelberg  
Department Orthopädie, Unfallchirurgie & Paraplegiologie

[www.klinikum.uni-heidelberg.de/](http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/)

[Orthopaedische-Klinik.106690.0.html](http://Orthopaedische-Klinik.106690.0.html)

Volkshochschule Heidelberg e. V.

[www.vhs-hd.de](http://www.vhs-hd.de)

STÄRKE

Weitere Informationen: [www.heidelberg.de/familie](http://www.heidelberg.de/familie) > Bildung > Stärke