

# Weniger Stress und mehr Freude mit den Kindern



Eltern stärken, damit ihre Kinder gesund heranwachsen können



## Beschäftigen Sie auch folgende Fragen und Themen?

- Wie kann ich das Selbstwertgefühl meines Kindes unterstützen?
- Wie kann ich kindliche Bedürfnisse verstehen und dem Kind im Umgang mit seinen Gefühlen helfen?
- Wie kann ich liebevoll Grenzen setzen?
- Wie lösen wir Probleme in unserer Familie?
- Wie gelingt es mir, die Beziehung zu meinem Kind zu verbessern?

## Dann sind Sie herzlich willkommen in unserem Elternkurs!

Der Kurs setzt sich zusammen aus 5 Abenden. Er richtet sich an Eltern von Kindern im Alter von 3-11 Jahren. Im Austausch mit anderen Müttern und Vätern erleben Eltern, dass sie mit ihren Erziehungsfragen nicht alleine dastehen.

Die Eltern werden in ihrem Selbstbewusstsein gestärkt und gehen mit einer Menge neuer Ideen und Handwerkszeug für ein entspannteres Miteinander in der Familie nach Hause.

**Kursbeginn:** Mittwoch, 04.05.22 von 17:00 – 19:00 Uhr (18.05., 01.06., 22.06., 06.07.22)

**Ort:** Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern, Geyerswörthstr. 2, 96047 Bamberg

**Kursgebühr:** 35 Euro, Elternpaare 60 Euro

**Kursleitung:** Johanna Riemann, Dipl. Sozialpädagogin, Beratungsstelle f. Kinder, Jugendliche und Eltern, Caritas

Heike Cartus, Ergotherapeutin, Kinderschutzbund Bamberg e.V.

**Anmeldung:** Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern, Tel. 0951 29957-30

[erziehungsberatung.bamberg@caritas-bamberg-forchheim.de](mailto:erziehungsberatung.bamberg@caritas-bamberg-forchheim.de)



Der Kinderschutzbund  
Kreisverband Bamberg

Das Elterntraining orientiert sich inhaltlich am Elternkurs des Dt. Kinderschutzbundes „Starke Eltern – starke Kinder“. Es ist ein Kooperationsangebot der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Caritas für die Stadt Bamberg und den Landkreis Forchheim e.V. und dem Kinderschutzbund Bamberg e.V.



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

