



Das Leistungnetzwerk der Caritas

Regionalcaritasverband  
Bamberg-Forchheim e.V.



## Information und Anmeldung

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche  
und Eltern

Geyerswörthstr. 2

96047 Bamberg

Tel.: 0951/29957-30

Beratungsstelle für Kinder,  
Jugendliche und Eltern  
für die Stadt und den Landkreis Bamberg

## Weniger Stress und mehr Freude mit den Kindern

Eltern stärken, damit ihre Kinder  
gesund heranwachsen

## Kursleitungen

Johanna Riemann, Dipl.-Sozialpädagogin u.

Systemische Familientherapeutin (DGSF)

johanna.riemann@caritas-bamberg-  
forchheim.de

Katja Metzger, Dipl.-Sozialarbeiterin u.

Systemische Familienherapeutin (DGSF),

Kinderschutzbund Bamberg



gefördert als Erziehungsberatung durch:



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



Landkreis  
Bamberg

ERZBISTUM  
BAMBERG



Dieser Kurs ist eine Kooperation von  
Kinderschutzbund und Caritas Beratungsstelle

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

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

## **aktuelle Termine**

04.03.2026 , 17:00 - 19:30 Uhr

18.03.2026, 17:00 - 19:00 Uhr

15.04.2026, 17:00 - 19:00 Uhr

29.04.2026, 17:00 - 19:00 Uhr

13.05.2026, 17:00 - 19:00 Uhr

**Ort: Beratungstelle für Kinder,  
Jugendliche und Eltern**

**Es wird ein Unkostenbeitrag erhoben.  
35 Euro einzelnes Elternteil,  
60 Euro Elternpaar.**