

Landesprogramm



**STÄRKE**

Ergänzt durch Förderung des Landkreises Freudenstadt

### 1. Angebote für Familien in besonderen Lebenslagen für das Jahr 2022

Aufgrund von der Corona-Pandemie finden Kursangebote zum Teil auch digital statt. Anmeldungen und weitere Infos zu den Kursen erhalten Sie direkt bei den Veranstaltern. Die Teilnahme an einem STÄRKE-Kurs ist im Rahmen des Landesprogramms STÄRKE kostenfrei, sofern Sie sich in einer der folgenden besonderen Lebenssituationen befinden:

z. B. Einelternfamilien, Familien mit behinderten/pflegebedürftigen Familienmitgliedern, Familien mit Gewalterfahrung, Familien in früher Elternschaft, Mehrlingsfamilien, Familien mit Migrationshintergrund, Pflege- und Adoptivfamilien, getrennt lebende Familien, Familien in schwierigen finanziellen Verhältnissen, Familien mit Krankheitserfahrung und andere

STÄRKE-Kurs	Info zum Kurs	Veranstaltungsort und Termine	Veranstalter
<b>Guter Start ins Leben, Kursblock 1 für Eltern mit ihren Babys in den ersten 18 Lebensmonaten</b>	Eltern können mit ihrem Baby bereits ab der 4. Lebenswoche am Kurs teilnehmen und ihre Elternkompetenzen stärken und fördern. Sie lernen die Signale ihres Babys/Kleinkindes zu erkennen und darauf zu reagieren. Dadurch erhalten die Eltern Sicherheit im Umgang mit dem Baby. Aber auch die kindliche Entwicklung wird spielerisch gefördert. Der Kurs schafft zudem Begegnungsmöglichkeiten und fördert Beziehungen zu anderen Eltern.	<b>Horb</b> Marktplatz 27, Dekanatshaus Horb wöchentlich: 09.30-11.00 Uhr Kursbeginn: Frühjahr 2022 Kurs in drei Blöcken, die einzeln oder in Folge besucht werden können (Kursblock 2: Frühjahr 2022, Kursblock 3: Sommer 2022)	<b>Katholische Erwachsenenbildung Kreis FDS e.V.</b> Kursleitung: Iris Klinkmüller Telefon: 07451-623220 E-Mail: <a href="mailto:info@keb-freudenstadt.de">info@keb-freudenstadt.de</a> <a href="http://www.keb-freudenstadt.de">www.keb-freudenstadt.de</a>

<b>Babycafés</b>	<p>"Zeit für sich und das Baby"... Eltern berichten immer wieder, wie wohltuend der Austausch mit anderen Eltern ist, wie die kleinen und großen Probleme im Alltag dadurch besser bewältigt werden können. Hebammen, eine Krankenschwester, eine Sozialpädagogin, eine Kinderärztin und weitere Fachkräfte werden abwechselnd mit den Eltern frühstücken und Informationen geben zu verschiedenen Gesundheits-, Entwicklungs- und Erziehungsthemen. Eine Spielecke steht zur Verfügung. Ein Einstieg ist ohne Anmeldung möglich.</p>	<b>Freudenstadt</b> Reichsstr. 16 wöchentlich: mittwochs, 09:30-11:30 Uhr Kursbeginn: 12.01.2022-29.06.2022 Kursbeginn: 04.07.2022-14.12.2022	<b>Familien-Zentrum-Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Claudia Lehmann Telefon: 07441-950430 E-Mail: mail@Familien-Zentrum.de www.familien-zentrum.de
<b>Gruppe und Gesprächskreis alleinerziehender Mütter und Väter</b>	<p>Das von pädagogischen Fachkräften geleitete Gruppenangebot soll alleinerziehende Elternteile aus Freudenstadt und Umgebung bei der Gestaltung ihrer besonderen Lebenssituation begleiten, befähigen, stärken und entlasten. Dadurch werden Selbsthilfepotenziale aktiviert. Es ist viel Raum für gemeinsamen Austausch und für Erziehungs-, Lebens- und Alltagsfragen. Kinder sind jederzeit herzlich willkommen.</p>	<b>Freudenstadt</b> Reichsstr. 16 wöchentlich: mittwochs, 15:00-16:30 Uhr Kursbeginn: 12.01.2022-29.06.2022 Kursbeginn: 06.07.2022-14.12.2022	<b>Familien-Zentrum-Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Leonie Nuding & Claudia Lehmann Telefon: 07441-950430 E-Mail: mail@Familien-Zentrum.de www.familien-zentrum.de
<b>Internationales Begegnungscafé SALVETE</b>	<p>Eltern mit Migrations- oder Flüchtlingshintergrund erleben in der sich ergebenden, internationalen Plattform Gemeinsamkeiten, bieten sich gegenseitig Familienalltagshilfe an und überwinden damit sprachliche Barrieren. In einem vertrauensvollen, lernförderlichen Klima "geschieht" der stattfindende Lernprozess eher unmerklich, scheinbar wie von selbst. Das internationale Begegnungscafé wird von pädagogischen Fachkräften begleitet.</p>	<b>Freudenstadt</b> Reichsstr. 16 wöchentlich: montags, 16:00-17:30 Uhr Kursbeginn: 10.01.2022-27.06.2022 Kursbeginn: 04.07.2022-19.12.2022	<b>Familien-Zentrum-Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Claudia Lehmann Telefon: 07441-950430 E-Mail: mail@Familien-Zentrum.de www.familien-zentrum.de

<b>Refugees Welcome - Parent's meeting</b>	<p>Mütter mit Migrations- und Fluchthintergrund lernen in diesem Raum des internationalen Zusammenkommens die deutsche Kultur besser kennen, die alltäglichen Dinge zu meistern und ihre Sprachfähigkeit zu verbessern. Es soll vor allem auch Hilfe sein, um die Integration gelingend anzubahnen, die Angst vor dem Fremden abzubauen und Teilhabe zu ermöglichen. Gemeinsam mit ihren Kindern wird den Müttern in spielerischer Weise "eine Brücke ins Hier als wunderbare Integrationshilfe" gebaut. Sie werden durch die Begleitung von pädagogischen Fachkräften somit auch nachhaltig im Alltag mit Kindern gestärkt.</p>	<b>Freudenstadt</b> Reichsstr. 16 wöchentlich: montags, 09:30-10:30 Uhr Kursbeginn: 10.01.2022-27.06.2022 Kursbeginn: 04.07.2022-19.12.2022	<b>Familien-Zentrum-Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Pädagogisches Fachkräfteteam Telefon: 07441-950430 E-Mail: mail@Familien-Zentrum.de www.familien-zentrum.de
<b>Interkulturelle Eltern-Kind-Gruppe "Ich und Du"</b>	<p>Eltern mit Kindern bis zu 3 Jahren, die aus prekären Milieus kommen, überfordernde Alltagssituationen erleben, alleinerziehend sind oder Migrationshintergrund haben. Die Gruppe ist offen für Eltern aller Bevölkerungsschichten und Kulturen.</p>		
<b>Angeleitete Selbsthilfegruppe - für Frauen und Mütter, die Gewalt in Beziehungen erlebt haben</b>	<p>Frauen und Mütter, die Gewalt in Beziehung erlebt haben, treffen in der Gruppe auf Mitbetroffene. Sie lernen ein neues Selbstwertgefühl aufzubauen, das eigene Selbstbewusstsein zu stärken, Grenzen zu wahren und zu setzen.</p>	<b>Freudenstadt</b> Landhausstraße 4, Kreishaus 10-12 Termine Kursbeginn: April-Juni 2022 und September-Dezember2022	<b>FrauenHilfe Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Maria Brighina Telefon: 07441 -520 30 70 E-Mail: info@frauenhilfe-fds.de www.frauenhilfe-fds.de

<p><b>PEP4kids Plus - Elternkurs für Eltern von Kindern mit besonderem Förderbedarf im Bereich Sprache</b></p>	<p>Das Gruppenangebot soll Eltern stärken für den Umgang mit ihren Kindern in ihrer besonderen Lebenslage. Sie lernen, die Stärken der Kinder zu erkennen, und sie zu ermutigen. Sie üben, den Blick auf das Positive im Erziehungsalltag zu legen und lernen, den Kindern Sicherheit zu geben, indem sie Strukturen und Regeln einführen und liebevoll konsequent einfordern. Durch den Austausch mit anderen Betroffenen fühlen sich die Eltern verstanden.</p>	<p><b>Glatten</b>          Gebrüder-Grimm-Schule          Schulstraße 1          6 Vormittage          Kursbeginn: Frühjahr 2022</p>	<p><b>Jugendhilfeverbund Kinderheim Rodt</b>          Kursleitung: Irene Schmelzle          Telefon: 0151 4484 8749          E-Mail: Irene.Schmelzle@bruderhausdiakonie.de          www.brunderhausdiakonie.de</p>
<p><b>FASD-Fetale Alkoholspektrum-Störung bei Kindern</b></p>	<p>FASD - Fetale Alkoholspektrum-Störung bei Kindern          Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft ist ein häufige Ursache für angeborene Fehlbildungen, geistige Behinderungen, Entwicklungs- und Wachstumsstörungen sowie für extreme Verhaltensauffälligkeiten.</p> <p>(Pflege-)Eltern und Angehörige von Kindern mit FASD sehen sich auf dem gemeinsamen Weg fast täglich mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Immer wieder sind sie in all ihrer Geduld und Flexibilität gefordert und erleben ihren Alltag oft als sehr anstrengend und kraftraubend. Im Kurs werden Grundlagen über FASD vermittelt und Anregungen für den richtigen Umgang mit FASD- Kindern gegeben, damit das Familienleben mit FASD- Betroffenen gut gelingen kann. Ebenso erhalten die Teilnehmer Informationen über Unterstützungsmöglichkeiten und rechtliche Ansprüche für Eltern und Kinder.</p>	<p><b>Loßburg</b>          Masselstrasse 2</p> <p>10 Termine á 2 Stunden wöchentliche, nach Bedarf dienstagsvormittag oder donnerstagabends          Kursbeginn: Frühjahr 2022</p>	<p><b>Jugendhilfeverbund Kinderheim Rodt</b>          Kursleitung: Irene Schmelzle          Telefon: 0151 4484 8749          E-Mail: Irene.Schmelzle@bruderhausdiakonie.de          www.brunderhausdiakonie.de</p>

<p><b>Gemeinsam neue Wege entdecken - Kurs für Eltern mit autistischen Jugendlichen ab 12 Jahren</b></p>	<p>Die eigene Art der Wahrnehmung und das Erleben ihrer Umwelt führen bei autistischen Kindern und Jugendlichen zu besonderen Verhaltensweisen, die die Eltern oft verunsichern und ein Gefühl des eigenen Unvermögens hervorrufen. Es kommt auf beiden Seiten zu Unverständnis.</p> <p>Gängige Erziehungsmaßnahmen laufen oft ins Leere und führen häufig zu starken Konflikten bis hin zu Eskalationen, auch bei alltäglichen, vermeintlich nichtigen Anlässen. Vor allem in der Pubertät, mit großen körperlichen Veränderungen und verwirrenden Gefühlslagen kann es zu neuen Spannungsfeldern und durch Unklarheit der sozialen Regeln zu unangemessenem Verhalten und zu Missverständnissen kommen.</p> <p>Gleichzeitig geht es für die Jugendlichen und ihre Familien darum, Lebensperspektiven zu entwickeln, neue Wege zu finden, da der Weg für autistische Jugendliche oftmals nicht so klar vorgezeichnet ist wie bei anderen Jugendlichen.</p>	<p><b>Loßburg</b>          Masselstrasse 2</p> <p>6 Termine à 2,5 Stunden, Freitagabends vom 25.03. – 20.05.2022</p>	<p><b>Jugendhilfeverbund Kinderheim Rodt</b>          Kursleitung: Irene Schmelzle          Telefon: 0151 4484 8749          E-Mail: Irene.Schmelzle@bruderhausdiakonie.de          www.brunderhausdiakonie.de</p>
<p><b>Starke Eltern - Starke Kinder (Einelternfamilien, Familien in früher Elternschaft)</b></p>	<p>Eltern sein ist sehr schön - manchmal auch ganz schön anstrengend! Der Kurs ist für junge Mütter und Väter sowie Alleinerziehende konzipiert, die mehr Freude und weniger Stress im Umgang mit Ihren Kindern haben wollen. Dieser soll ihr Selbstvertrauen stärken und ihnen helfen, ihren eigenen Erziehungsstil zu finden und sich darin sicher zu fühlen. Starke Eltern - Starke Kinder möchte die für ihre Familie wichtigen Werte deutlich machen und ihre Fähigkeiten, sich selbst klar auszudrücken, zu verhandeln, klare Grenzen zu setzen und ruhig zuhören, erweitern.</p>	<p><b>Freudenstadt</b>          Reichstraße 40-42          10 Termine im 14-tägigen Rhythmus          Kursbeginn: Herbst 2021</p>	<p><b>Kinderschutzbund Freudenstadt e.V.</b>          Kursleitung: Marja Schoenmaker-Ruhl          Telefon: 07441-9522245          E-Mail: wir@kinderschutzbund-freudenstadt.de          www.kinderschutzbund-freudenstadt.de</p>

**Angeleitete  
Selbsthilfegruppe für  
Eltern mit psychischen  
Belastungen in den  
ersten Lebensjahren  
eines Kindes**

Eltern, die in den ersten Lebensjahren eines Kindes psychisch belastet sind oder an Depressionen, Angst oder Zwangsstörungen leiden, können in diesem Kurs ihre soziale Isolation versuchen zu überwinden. Außerdem soll das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl gestärkt werden sowie ein Austausch stattfinden über die Schwierigkeiten im Alltag und eine gegenseitige Unterstützung zwischen den Teilnehmer\*innen ermöglichen. Zudem soll eine sichere Bindung zum Kind gefördert werden, die Ressourcen gestärkt und neue Strategien im Umgang mit persönlichen Belastungen entdeckt und erarbeitet werden.

**Freudenstadt-Wittlensweiler**

Königsbergerstraße 11  
zwei donnerstage im Monat, 09:30-11:30  
Uhr  
Kursbeginn: 13.01.2022 und 06.07.2022

**Pascale Héritier - Heilpraktikerin  
(Psychotherapie) und Hebamme**

Kursleitung: Pascale Héritier  
Telefon: 07441/9506972  
E-Mail: p.heritier@gmx.net

<p><b>Kleine Auszeit für Pflegeeltern</b></p>	<p>Der Alltag als Pflegemutter oder Pflegevater birgt neben der wertvollen, sinnstiftenden Tätigkeit auch kräftezehrende, anstrengende Zeiten mit emotionalen Konflikten. Gerade die verschiedenen Rollen, in denen man als Pflegemutter/-vater oft steckt und das „Funktionieren müssen“, bedeuten nicht selten einen hohen Stresslevel.</p> <p>Um auf Dauer gesund und „einsatzfähig“ zu bleiben, braucht es inmitten dieser täglichen Herausforderungen, die auf das „sympathische Nervensystem“ (den Stressnerv) wirken, immer wieder kleinen Zeiten der Regeneration und alltagstaugliche Tools, um zur Ruhe zu kommen und einen Ausgleich für das „parasympathische Nervensystem“ (den Ruhenerve) zu schaffen.</p>	<p><b>Alpirsbach</b> Bachbauernhof 2</p> <p>Tagesseminar am 5. März 2022 von 9 bis 17 Uhr</p>	<p><b>Karin Beilharz - Psychosoziale Gesundheit</b> Kursleitung: Karin Beilharz Telefon:07444-1018 E-Mail: kontakt@karinbeilharz.de www.karinbeilharz.de</p>
<p><b>Kleine Auszeit für Adoptiveltern</b></p>	<p>Eltern sein ist ein Vollzeitjob mit wunderbaren Momenten und gleichzeitig nervenzehrenden, stressigen Zeiten. Die Situation von Adoptiveltern birgt zudem oft noch ganz eigene Herausforderungen. Inmitten dieser täglichen Herausforderungen kann die Regeneration und Selbstfürsorge leicht aus dem Blick geraten. Um aber auf Dauer gesund und resilient zu bleiben, braucht es einen Wechsel zwischen stressigen Zeiten, die auf den Sympathikus (Stressnerv) wirken und Zeiten der Regeneration, die den Parasympathikus (Ruhenerve) stärken. Sich bewusst zu werden, inwieweit man eine Rollenprägung oder die tatsächlichen Persönlichkeitsbedürfnisse lebt, ist ein wichtiger Schritt, um aufgrund der unterschiedlichen Anforderungen nicht auszubrennen.</p>	<p><b>Alpirsbach</b> Bachbauernhof 2</p> <p>Tagesseminar am 26.Mai 2022 von 9 bis 17 Uhr</p>	<p><b>Karin Beilharz - Psychosoziale Gesundheit</b> Kursleitung: Karin Beilharz Telefon:07444-1018 E-Mail: kontakt@karinbeilharz.de www.karinbeilharz.de</p>

<b>Elternstammtisch für Eltern mit Kindern aus dem Autismus Spektrum</b>	<p>Um den im Landkreis Freudenstadt lebenden Eltern von Kindern mit Autismus Sprektrum Störung die Möglichkeit des Austausches zu bieten findet der angeleitete Elternstammtisch sttt. Neben dem Vernetzen von Betroffenen sollen die Eltern geschult und unterstützt werden im Umgangmit Ihren Kindern. Ebenso werden zu besonderen Fragestellungen Vorträgeund Referenten organisiert.</p>	<b>Begegnungszentrum "Mittendrin" Freudenstadt</b> Hirschkopfstraße 25 Kursbeginn: Januar 2022, dann alle 2 Monate	<b>Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung – Kreisvereinigung Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Evelyn Günter Telefon: 07441-95260910 E-Mail: e.guenter@lebenshilfe-freudenstadt.de www.lebenshilfe-freudenstadt.de
<b>Sexualität und Behinderung - (k)ein Tabuthema</b>	<p>Grundsätzlich soll durch den Kurs bei den Familien (mit Angehörigen mit Behinderung) eine Offenheit für das Thema Sexualität erreicht werden und die Sensibilität allegmein für das Thema erhöht werden. Zudem soll den teilnehmenden Familien eine größere Handlungssicherheit in Bezug auf den Umgang mit den sexuellen Bedürfnissen ihrer Angehörigen vermittelt werden. Wir möchten Möglichkeiten und Methoden aufzeigen, wie mit Angehörigen über Sexualität, Partnerschaft, Nähe/Distanz sowie Missbrauch gesprochen werden kann. Außerdem sollen Hilfsangebote in der Umgebung aufgezeigt werden, an die sich die Familien bei Beratungsbedarf wenden können.</p>	<b>Begegnungszentrum "Mittendrin" Freudenstadt</b> Hirschkopfstraße 25 Seminar mit 2 Tagen Kursbeginn: Frühjahr 2022	<b>Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung – Kreisvereinigung Freudenstadt e.V.</b> Kursleitung: Carola Godenrath Telefon: 07441/952609 10 E-Mail: c.godenrath@lebenshilfe-freudenstadt.de www.lebenshilfe-freudenstadt.de



## 2. Offene Treffs 2021



Offene Treffs sind kostenfreie Begegnungsorte für alle (werdende) Eltern und Familien. Der Austausch untereinander sowie das Von- und Miteinanderlernen stehen im Vordergrund. Alle (werdende) Eltern und Familien sind herzlich Willkommen. Bitte informieren sich bei dem jeweiligen Veranstalter aufgrund der Corona-Pandemie, ob der Offene Treff wie geplant stattfindet.

Offener Treff	Infos zum Offenen Treff	Veranstaltungsort und Termine	Veranstalter
Café AugenBLICK	keine Anmeldung erforderlich	<b>Freudenstadt</b> Reichsstr. 16 Montag-Freitag: 09:00-12:00 Uhr Mittwoch und Donnerstag: 15:00-17:00 Uhr Täglich geöffnet, außer in der Sommerpause des FZF (4 Wochen in den Sommerferien, siehe Presse) und in den Weihnachtsschulferien	<b>Familien-Zentrum-Freudenstadt e.V.</b> Leitung Offener Treff: Fachkräfteteam/Zertifizierte GastgeberInnen Telefon: 07441-950430 E-Mail: mail@Familien-Zentrum.de www.familien-zentrum.de
Café Kunterbunt	keine Anmeldung erforderlich	<b>Horb</b> Mühlgässle 10 wöchentlich: dienstags, 09:30-11:00 Uhr	<b>Familien-Zentrum-Horb e.V.</b> Telefon: 0160-93843990 E-Mail: info@familienzentrum-horb.de www.familienzentrum-horb.de
Treffpunkt Konfetti - bunt wie das Leben	keine Anmeldung erforderlich	<b>Horb</b> Mühlgässle 10 (Familien-Zentrum-Horb e.V.) wöchentlich: mittwochs, 09:15-11:15 Uhr	<b>Katholische Erwachsenenbildung Kreis Freudenstadt e.V.</b> Telefon: 07451-623220 E-Mail: info@keb-freudenstadt.de www.keb-freudenstadt.de

Generationen Treff	keine Anmeldung erforderlich	<b>Pfalzgrafenweiler</b> Pfarrweg 4, Foyer im Krippengebäude wöchentlich: dienstags, 08:30-11:30 Uhr	<b>KiTa am Pfarrweg</b> Telefon: 07445-85884-89 E-Mail: info@kita-am-pfarrweg.de <a href="https://www.gemeinde.pfalzgrafeneiler.elk-wue.de/kita-am-pfarrweg/">https://www.gemeinde.pfalzgrafeneiler.elk-wue.de/kita-am-pfarrweg/</a>
--------------------	------------------------------	--	---

**Weitere Informationen zum Landesprogramm STÄRKE finden Sie auf unserer Homepage:**

[https://www.landkreis-freudenstadt.de/Startseite/Landratsamt/staerke\\_+foerderprogramm+fuer+familien.html](https://www.landkreis-freudenstadt.de/Startseite/Landratsamt/staerke_+foerderprogramm+fuer+familien.html)

**Ansprechpartner für den Landkreis Freudenstadt: Frau Hauser, Telefon: 07441-920-6015, E-Mail: [j.hauser@kreis-fds.de](mailto:j.hauser@kreis-fds.de)**

Stand: 11.07.2022