

Elternkurse in der Region  
Bayerischer Untermain

# Gelassen und sicher im Erziehungsalltag



Landkreis  
Aschaffenburg




Landkreis  
Miltenberg



STADT  
ASCHAFFENBURG





»Bleiben Sie gelassen.  
Genießen Sie einander und die Kinder.  
Eine bessere Erziehung gibt es nicht!«

Jesper Juul



Liebe Eltern, liebe Fachkräfte,

Kinder sind mit das Schönste im Leben, doch Eltern zu sein, ist nicht immer einfach. Dabei sind es oft die kleinen täglichen Aufgaben im Familienalltag, die eine besondere Herausforderung darstellen: Wie setzen wir dem Nachwuchs klare Grenzen? Wie stärken wir das Selbstwertgefühl unserer Kinder? Wie können wir die Entwicklung unseres Kindes fördern, ohne zu überfordern? Bei diesen Fragen werden Sie nicht allein gelassen. Elternbildungsprogramme wollen Eltern dabei unterstützen, gelassen die Turbulenzen des Familienalltags zu meistern, Kraft und Zeit für gemeinsame Aktivitäten zu finden und das Zusammensein zu genießen. Außerdem fördern Sie den Austausch der Eltern untereinander.

Um die Wahl des richtigen Elternkurses zu vereinfachen, haben wir im Folgenden die einzelnen Programme, die vor Ort angeboten werden, für Sie zusammen gefasst. In dieser Broschüre sind nur die Elternbildungsprogramme aufgenommen, die folgende Kriterien erfüllen:

- Eltern werden in ihrer Erziehungskompetenz gestärkt und erzieherisches Grundwissen wird vermittelt
- Beziehung und Interaktion zwischen Eltern und Kind wird verbessert
- der Austausch der Eltern untereinander wird gefördert
- Angebote richten sich an Gruppen, nicht an Einzelpersonen

Es gibt darüber hinaus selbstverständlich noch weitere Programme, die sich z. B. an Eltern in besonderen Lebenslagen richten. Falls Sie sich dazu mehr Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte an Ihre Familienbildung vor Ort.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen, Auswählen und Mitmachen!

Monika Mann  
Landkreis Aschaffenburg

Claudia Joos  
Landkreis Miltenberg

Claudia Beck und  
Miriam Müller  
Stadt Aschaffenburg



## Inhalt

DELFI: Denken Entwickeln Lieben Fühlen Individuell .....	6
Elternrunde .....	7
Elternseminare .....	8
ELTERNTALK .....	9
Elterntraining bei ADS/ADHS .....	10
Fabel: Familienzentriertes Baby-Eltern-Konzept .....	11
FamilienTeam .....	12
GdS-Elterntraining: Die Gesetze des Schulerfolgs .....	13
Gordon Elterntraining .....	14
Ich bin so frei – wenn Kinder flügge werden .....	15
KESS-erziehen .....	16
PEKiP: Prager-Eltern-Kind-Programm .....	17
SAFE .....	18
Sicher und geborgen im Leben .....	19
Starke Eltern – Starke Kinder .....	20
STEP Elterntraining: .....	21
Systematisches Training für Eltern und Pädagogen	
Zappel-Philipp, Traum-Suse & Co .....	22
Impressum .....	23

## DELFI®: Denken Entwickeln Lieben Fühlen Individuell

Für Eltern mit Babys bis zum ersten Lebensjahr.

---

### Was steckt dahinter?

Ziel ist eine gute Basis für die emotionale Bindung zwischen Mutter oder Vater und ihrem Säugling. Bei altersgemäßen Bewegungs- und Sinnesangeboten können die Mutter oder der Vater die zunehmenden Fähigkeiten ihres Kindes beobachten und auf spielerische Weise begleiten und unterstützen.

### Was wird vermittelt?

Das erste Lebensjahr ihres Kindes ist für Eltern besonders spannend, weil es jeden Tag etwas Neues lernt, erkennt und begreift. Das Kind entwickelt sich so schnell wie sonst nie mehr in seinem Leben. Wir, als Eltern können die altersgemäße Bewegungs- und Sinnesentwicklung und die wachsenden Fähigkeiten unseres Babys, in einem DELFI®-Kurs von Woche zu Woche auf spielerische Weise begleiten und unterstützen.

Die Babys genießen es, sich und ihre Umgebung unbekleidet, in einem wohligen warmen Raum zu entdecken. Gemeinsam mit den Babys wollen wir dabei erleben, das Federn kitzeln, Seifenblasen platzen, Wasser nass ist und vieles mehr. Wir wollen zusammen Lieder singen und Fingerspiele machen, die Babys massieren, neue Kontakte knüpfen und noch so vieles Schöne mehr. Wir beschäftigen uns mit den Babys und nehmen uns auch Zeit für Gespräche z. B. über Entwicklung, Ernährung, Pflege und können unsere Erfahrungen austauschen.

### Wie läuft der Kurs ab?

15 wöchentliche Treffen je 90 Minuten

### Wie viel kostet es?

150 Euro

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Hebammen-Netzwerk**

Kursort: Elternschule Erlenbach

Anmeldung und Infos: Corinna Lieb

Telefon: 06022 – 68 25 54

Handy: 0157- 789 104 01

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.delfi-online.de](http://www.delfi-online.de) • [www.delfikurs.de](http://www.delfikurs.de)

## Elternrunde

Für werdende Eltern und Eltern mit Kindern bis 6 Jahren

---

### Was steckt dahinter?

In der Elternrunde werden Mütter und Väter passend zum Alter ihres Kindes über Entwicklungsschritte informiert. Unterschiedliche Referentinnen und Referenten (wie z. B. Kinderärzte, Lehrer, Pädagogen) geben den Eltern Fachwissen und Anregungen für den Familienalltag. Zusätzlich können sich Eltern untereinander austauschen und Kontakte knüpfen.

### Was wird vermittelt?

Je nach Altersgruppe:

0 bis 3 Jahre: Rund um die kindliche Entwicklung wie z. B. die Themen Bindung, körperliche Entwicklung aus medizinischer Sicht, Sauber werden

4 bis 6 Jahre: Rund um die Schulreife und Schulfähigkeit, sicherer Schulweg, psychosexuelle Entwicklung im Vorschulalter, Medienerziehung.

### Wie läuft der Kurs ab?

Samstags von 9:30 Uhr bis 14 Uhr, inklusive Kinderbetreuung

### Wie viel kostet es?

Kostenlos

### An wen kann ich mich wenden?

#### Stadt Aschaffenburg

Koordinierender Kinderschutz (KoKi)  
Frau Claudia Hühne und Uta Morhart  
Dalbergstraße 18, 63739 Aschaffenburg  
Telefon 06021 – 451 18 69  
koki@aschaffenburg.de

#### Stadt Aschaffenburg

Büro des Oberbürgermeisters  
Jugendhilfeplanung, Familienbildung  
Frau Miriam Müller und Claudia Beck  
Dalbergstraße 15, 63739 Aschaffenburg  
Telefon 06021 – 330 17 94

### Weiter Infos finde ich unter:

[www.familien-aschaffenburg.de](http://www.familien-aschaffenburg.de)

## Elternseminare

Für Eltern von Kindern von 0 bis 16 Jahren.

---

### Was steckt dahinter?

Die Seminarreihe gibt durch Fachvorträge unterschiedlicher Referenten (z. B. Hebammen, Kinderärzte, Pädagogen, Lehrer) Anregungen wie das Zusammenleben mit Kindern und Jugendlichen gelingen kann.

### Was wird vermittelt?

Je nach Altersgruppe: ◦ **0–3 Jahren:** Kindliche Entwicklung und Gesundheit in früher Kindheit fördern ◦ **3–6 Jahren:** Unterstützung der Entwicklung des Kindes, Sprachförderung und Vorbereitung auf die bevorstehende Schulzeit ◦ **6–10 Jahren:** Förderung der Entwicklung des Kindes, sicherer Umgang mit Medien und Begleitung der Kinder durch die Grundschulzeit ◦ **11–16 Jahren:** Kinder in der Pubertät, Jugendliche in Sozialen Netzwerken und Schutz vor Suchtrisiken.

### Wie läuft der Kurs ab?

Ganztagsseminare

### Wie viel kostet es?

kostenlos

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Landratsamt Aschaffenburg**

Familienbildung und KoKi-Frühe Hilfen und Vernetzung

Frau Monika Mann und Christine Valentin

Auhofstraße 21, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 – 39 43 23 oder 06021 – 39 43 68

familienbildung@Lra-ab.bayern.de oder koki@Lra-ab.bayern.de

#### **Landratsamt Miltenberg**

KoKi und Fachstelle für Familienangelegenheiten

Frau Claudia Kallen, Iris Neppl und Claudia Joos

Römerstraße 91, 63785 Obernburg am Main

Telefon: 06022 – 62 00 -611 oder -614 oder 09371 – 50 12 41

claudia.kallen@lra-mil.de, iris.neppl@lra-mil.de oder

claudia.joos@lra-mil.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.familie-ab.de](http://www.familie-ab.de) ◦ [www.familie-miltenberg.de](http://www.familie-miltenberg.de)



## ELTERN TALK

Für Eltern mit Kindern bis zum 14. Lebensjahr.

---

### Was steckt dahinter?

In moderierten Gesprächsrunden im privaten Umfeld können Eltern ihre Erfahrungen zu bestimmten Themen austauschen und sich so gegenseitig im Erziehungsalltag stärken. Gastgeber sind Mütter und Väter, die andere Eltern zu sich nach Hause einladen.

### Was wird vermittelt?

Im Mittelpunkt steht der Erfahrungsaustausch der Eltern zu den Themen Fernsehen, Handy, Computer- und Konsolenspiele, Internet, Konsum, Suchtvorbeugung und gesundes Aufwachsen in der Familie.

### Wie läuft der Kurs ab?

pro Gesprächsrunde ca. 1,5 bis 2 Stunden

### Wie viel kostet es?

kostenlos

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Landratsamt Aschaffenburg**

Erzieherischer Kinder- und Jugendschutz und Familienbildung  
Frau Heike Lattner und Judith Krausert  
Auhofstraße 21, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 39 43 70 oder 06021 – 39 43 23  
heike.lattner@Lra-ab.bayern.de oder  
familienbildung@Lra-ab.bayern.de

#### **Frauen für Frauen e.V.**

Frau Aleksandra Fahn  
Liebigstraße 49, 63906 Erlenbach am Main  
Telefon: 0152 – 31 75 86 78  
elterntalk@fff-erlenbach.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.elterntalk.net](http://www.elterntalk.net)

## Elterntraining bei ADS/ADHS

Für Eltern von Vorschul- und Schulkindern.

---

### Was steckt dahinter?

Der Kurs ist an alle Eltern gerichtet, die bei ihrem Kind im verstärkten Maße Verhaltensweisen wie Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und/oder Impulsivität beobachten und den Wunsch haben, ihr theoretisches und praktisches Wissen im Umgang mit ihrem Sohn oder ihre Tochter zu erweitern (Diagnose nicht erforderlich).

Das Elterntraining basiert auf verhaltenstherapeutischen Ansätzen und Methoden, der klientenzentrierten Gesprächstherapie als auch der lösungsorientierten Kurzzeittherapie.

### Was wird vermittelt?

Neben konkreten Erziehungsthemen werden aktuelle Fragestellungen der Eltern aufgegriffen und bearbeitet. Durch die Kombination von Vortrag, Gruppenaustausch und praktischen Übungen erhalten diese die Möglichkeit, neue alltagserleichternde Ein- und Ansichten zu gewinnen und ihre Erziehungskompetenz zu erweitern. Eigene Ressourcen sollen aktiviert und die der Kinder wahrgenommen und mobilisiert werden. Dabei spielt eine konstruktive Eltern-Kind-Beziehung eine entscheidende Rolle.

### Wie läuft der Kurs ab?

10 – 12 wöchentliche Termine / je 2 Stunden

### Wie viel kostet es?

Es wird ein Unkostenbeitrag von 10 Euro erhoben.

### An wen kann ich mich wenden?

**Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche & Eltern  
Caritasverband Aschaffenburg e.V.**

Frau Nina Halfmann

Treibgasse 26, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 – 39 22 20

erziehungsberatung@caritas-aschaffenburg.de

### Weitere Infos finde ich unter:

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

## Fabel: Familienzentriertes Baby-Eltern-Konzept

Für Eltern mit Säuglingen zwischen 6 und 12 Wochen.

---

### Was steckt dahinter?

Durch die Beobachtung und Begleitung der Eltern-Kind-Interaktion im gemeinsamen Spiel werden die elterliche Feinfühligkeit gefördert und die Eltern-Kind-Bindung gestärkt, mit anderen Eltern Sorgen geteilt und Informationen ausgetauscht.

### Was wird vermittelt?

Jede Kursstunde enthält altersgerechte Anregungen und Tipps für Mütter und Väter. Eltern lernen Schaukel-, Bewegungs- und Fingerspiele, Kinderlieder und Massageübungen.

Zwischen den Spielzeiten sind Beobachtungszeiten eingebaut, in denen Eltern in Ruhe ihr Kind wahrnehmen und beobachten können. Außerdem gibt es Zeit zum Austausch untereinander.

### Wie läuft der Kurs ab?

15 wöchentliche Treffen je 90 Minuten

### Wie viel kostet es?

150 Euro

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Hebammenpraxis Wonnepoppen**

Frau Claudia Geisel

Goldbacher Straße 14, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 0170 – 748 88 62

info@hebammenpraxis-aschaffenburg.de

#### **FRITZI (Familienzentrum Alzenau)**

Frau Silke Orth

Max Planck Straße 8, 63755 Alzenau

Telefon: 06023 – 507 22 12

info@fritzi-alzenau.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.fabel-kurs.de](http://www.fabel-kurs.de)

## FamilienTeam

Für Eltern mit Kindern im Kindergarten- oder Grundschulalter.

---

### Was steckt dahinter?

FamilienTeam will Eltern stark machen für die Herausforderungen des Erziehungsalltags und unterstützt sie bei Aufbau und Pflege einer guten Eltern-Kind-Beziehung.

### Was wird vermittelt?

Das FamilienTeam-Elternttraining vermittelt Eltern in angeleiteten Übungen, wie sie auf ihr Kind eingehen können, so dass es sich verstanden fühlt, wie beiderseits mit unangenehmen Gefühlen umgegangen werden kann, wie Eltern-Kind-Konflikte und sog. „Dauerbrenner“ mit Gewinn für alle gelöst werden können und das Kind dabei zu einem glücklichen, selbstbewussten und verantwortungsvollen Menschen heranwächst.

### Wie läuft der Kurs ab?

Das Training umfasst acht Einheiten, die flexibel angeboten werden können (z. B. 8 Abende, 2-4 Tage, 2 Tage und 4 Abende, usw. Kurzformat möglich).

### Wie viel kostet es?

Ab 20 Euro im Landkreis Aschaffenburg, sonst zwischen 25 und 170 Euro je nach Familieneinkommen (bei Paaren zwischen 37,50 und 255 Euro).

### An wen kann ich mich wenden?

**Landratsamt Aschaffenburg**  
Familienbildung  
Frau Monika Mann  
Auhofstraße 21, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 39 43 23  
familienbildung@Lra-ab.bayern.de

**Amt für Gemeindedienst**  
Frau Evelin Göbel  
Sperberstraße 70, 90461 Nürnberg  
Telefon: 0911 – 4 31 62 24  
evelin.gobel@afg-elkb.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.familienteam.org](http://www.familienteam.org)

## GdS-Elterntraining: Die Gesetze des Schulerfolgs

Für Lehrer, Erzieher und Eltern von Vorschul- und Schulkindern.

---

### Was steckt dahinter?

GdS ist ein schulbezogenes Elterntraining. Eltern als Lernbegleiter ihrer Kinder werden Wege gezeigt eine positive Atmosphäre in Bezug auf die Schule zu schaffen. Im Austausch mit anderen Eltern werden neue Anregungen und Erkenntnisse weitergegeben. GdS fördert die Beziehung zwischen Eltern, Schülern und Lehrern.

### Was wird vermittelt?

Ziel ist es, die Lernfreude der Kinder zu erhalten und somit den Schulerfolg der Kinder positiv zu beeinflussen.

### Wie läuft der Kurs ab?

3 Abendtermine

### Wie viel kostet es?

Preis pro Modul/Teilnehmer: 56 Euro inklusive Unterlagen

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Ganzheitliche Erziehungs- und Familienberatung**

Frau Carolin Rieckmann  
Beethovenstraße 6  
63768 Hösbach  
Telefon: 06021 – 3 77 59 11  
kontakt@carolin-rieckmann.de  
www.carolin-rieckmann.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.elterntraining-schulerfolg.de](http://www.elterntraining-schulerfolg.de)

## Gordon Elterntraining

Für Eltern mit Kindern in allen Altersstufen.

---

### Was steckt dahinter?

Das Gordon-Familientraining sieht als den zentralen Punkt in der Erziehung die Beziehung untereinander. Es hilft Eltern, eine tragfähige Beziehung zu ihren Kindern aufzubauen und zu erhalten, so dass das tägliche Miteinander gelingt und Konflikte gut gelöst werden.

### Was wird vermittelt?

Das Gordon-Familientraining möchte den Eltern Hilfestellungen geben, ihre eigene Rolle zu reflektieren und zu entwickeln. Eltern lernen im Kurs Kommunikationsregeln, die die Beziehung zu den Kindern stärken sowie Möglichkeiten, wie sie ihre Kinder unterstützen können, ihre Probleme selbstständig zu erkennen und zu lösen. Zu Beginn des Seminars werden individuell die Ausgangssituationen betrachtet.

### Wie läuft der Kurs ab?

nach Vereinbarung

### Wie viel kostet es?

nach Vereinbarung

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Marianne Brehm**

Autorisierte Trainerin (Gordon), Psychologische Beraterin

Telefon: 09375 – 15 26

marianne.brehm@gmail.com

#### **Birgit Uftring**

Autorisierte Gordon-Familientrainerin

Telefon: 06188 – 90 00 73

uftring@freenet.de

### Weitere Infos finde ich unter:

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

## Ich bin so frei – wenn Kinder flügge werden

Für Eltern von Jugendlichen im Alter von 12 bis 16 Jahren.

### Was steckt dahinter?

Der Elternkurs möchte Mütter und Väter darin unterstützen, den richtigen Weg im Umgang mit der Tochter oder mit dem Sohn in der Pubertät zu finden.

### Was wird vermittelt?

Der Kurs vermittelt Wissen über die Entwicklung der Jugendlichen in der Pubertät.

Mütter und Väter bekommen Wege aufgezeigt, wie Kommunikation mit den Jugendlichen funktionieren kann.

Themen sind außerdem die Entdeckung der Sexualität und der Entwicklung des eigenen Lebensstils.

Den Eltern wird zudem die Möglichkeit gegeben, sich als Paar neu zu finden.

Der Erfahrungsaustausch der Teilnehmer spielt eine große Rolle.

### Wie läuft der Kurs ab?

4 wöchentliche Treffen je 2,5 Stunden bzw. zwei Samstage

### Wie viel kostet es?

40 Euro pro Person, 60 Euro pro Paar

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Evangelisches Bildungswerk Untermain**

Frau Nora Römer

Alexandrastraße 5, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 – 920 50 58

diakonin@roemer-ab.de

#### **Landratsamt Aschaffenburg**

Erzieherischer Kinder- und Jugendschutz

Frau Heike Lattner

Auhofstraße 21, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 – 39 43 70

Heike.lattner@Lra-ab.bayern.de oder

familienbildung@Lra-ab.bayern.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.elternkurs.net](http://www.elternkurs.net)

## KESS-erziehen (Kooperativ, Ermutigend, Sozial, Situationsorientiert)

Verschiedene Elternkurse für Väter und Mütter von Kindern von 0 bis 16 Jahren.

---

### Was steckt dahinter?

Kess-erziehen stärkt Eltern in einem respektvollen Erziehungsstil: Was brauchen Kinder und Jugendliche für eine positive Entwicklung zu eigenständigen, verantwortungsvollen und lebensfrohen Menschen? Wie können Eltern angemessen reagieren, wie eine ermutigende Grundhaltung entfalten und gleichzeitig Grenzen respektvoll setzen?

Es werden folgende spezifische Kurse vom Familienbund angeboten:

**Von Anfang an:** 0–2 Jahre • **Mehr Freude. Weniger Stress:** 3–10 Jahre •

**Kinder mit Handicap:** 3–11 Jahre • **Staunen. Fragen. Gott entdecken:**

Kindergarten- und Grundschulalter • **Abenteuer Pubertät:** 11–16 Jahre

### Was wird vermittelt?

Der Elternkurs bietet vielfältige und hilfreiche Impulse und Ideen für den Erziehungsalltag: »Kess erziehen« heißt: Verstehen! Ermutigen! Grenzen setzen! Kinder zur Mitwirkung gewinnen! Der Kurs setzt an konkreten Erziehungssituationen an.

### Wie läuft der Kurs ab?

5 wöchentliche Treffen, – organisiert mit dem Programmträger Familienbund (s. u.) dezentral vor Ort in der Region Bayerischer Untermain

### Wie viel kostet es?

40 Euro für Einzelpersonen, 50 Euro für Paare

### An wen kann ich mich wenden?

**Beratungsstelle der Caritas für Kinder, Jugendliche und Eltern**

Karl-Heinz Till, Schlossberg 4, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 – 39 23 01, eb-land@caritas-aschaffenburg.de

**Familienbund der Katholiken**

**in Kooperation mit der Ehe- und Familienseelsorge Untermain**

Frau Elisabeth Amrhein, Kürschnerhof 2, 97070 Würzburg

Telefon: 0931 – 38 66 52 25, Amrhein.fdk@bistum-wuerzburg.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.kess-erziehen.de](http://www.kess-erziehen.de), [www.familienbund-wuerzburg.de](http://www.familienbund-wuerzburg.de)

[www.familienseelsorge-ab.de](http://www.familienseelsorge-ab.de), [www.caritas-aschaffenburg.de](http://www.caritas-aschaffenburg.de)

[www.familienseelsorge-mil-obb.bistum-wuerzburg.de](http://www.familienseelsorge-mil-obb.bistum-wuerzburg.de)



## PEKiP: Prager-Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Babys innerhalb des 1. Lebensjahres.

---

### Was steckt dahinter?

In einer Gruppe wird Eltern gezeigt, wie sie die körperliche und geistige Entwicklung ihres Säuglings unterstützen können. Hierbei wird besonders auf die elterliche Feinfühligkeit geachtet.

### Was wird vermittelt?

Im Mittelpunkt stehen Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen für Eltern und Kinder. Beide sind gemeinsam spielerisch tätig. Die Gruppenleiterin begleitet den Austausch untereinander und informiert über frühkindliche Entwicklung. Eltern tauschen sich gegenseitig aus.

### Wie läuft der Kurs ab?

10 bis 15 Termine je 90 Minuten

### Wie viel kostet es?

zwischen 90 Euro und 150 Euro

### An wen kann ich mich wenden?

#### **Hebammenpraxis Wonnepoppen**

Frau Renate Lauinger  
Goldbacher Straße 14, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 20 09 94  
[info@hebammenpraxis-aschaffenburg.de](mailto:info@hebammenpraxis-aschaffenburg.de)

#### **Hebammenpraxis am Klinikum**

Am Hasenkopf 4, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 37 25 52  
[praxis@hebamme-ab.de](mailto:praxis@hebamme-ab.de)

#### **Hebammenpraxis Andrea Geis und Heike Breid**

Goldbacher Straße 33, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 5 84 12 70, [hebammen@fagz.de](mailto:hebammen@fagz.de)

#### **FRITZI (Familienzentrum Alzenau)**

Max Planck Straße 8, 63755 Alzenau  
Telefon: 06023-5072212  
[info@fritzi-alzenau.de](mailto:info@fritzi-alzenau.de)

Weitere Infos finde ich unter: [www.pekip.de](http://www.pekip.de)

## SAFE

Für Schwangere und Eltern mit Babys bis zum 1. Lebensjahr.

---

### Was steckt dahinter?

Ein Trainingsprogramm zur Förderung einer sicheren Bindung zwischen Eltern und Kind. Forschungsergebnisse haben gezeigt, dass »sicher gebundene« Kinder belastbarer, selbstsicherer, sozial kompetenter und feinfühlicher sind.

### Was wird vermittelt?

Der Kurs teilt sich in zwei Gruppen.

**Themen vor der Geburt des Kindes:** Fähigkeiten des Säuglings, Sorgen und Ängste der Eltern, vorgeburtliche Bindungsentwicklung, Auswirkung der Schwangerschaft auf die Paarbeziehung, Übergang zur Elternschaft.

**Themen nach der Geburt des Kindes:** Elterliche Kompetenzen, füttern, stillen, schreien, schlafen, Aufbau einer emotionalen Beziehung, Aufgabenverteilung und Umgang mit den eigenen Bedürfnissen.

### Wie läuft der Kurs ab?

Gruppengröße: 6 bis 8 Väter oder Mütter.

Kursbeginn ab der 20. Schwangerschaftswoche. 4 Gruppentreffen vor der Geburt des Kindes und 6 Gruppentreffen nach der Geburt bis zum Ende des 1. Lebensjahrs.

Nach der Geburt gibt es Einzeltermine für Videoaufnahmen von einer Spiel-, Wickel- oder Füttersituation zwischen der Mutter und dem Baby. Ab Geburt des Kindes haben Eltern die Möglichkeit über eine Hotline Fragen in akut schwierigen Situationen mit dem Baby zu stellen. Auch Einzelgespräche sind jederzeit möglich.

### Wie viel kostet es?

kostenlos

### An wen kann ich mich wenden?

**Donum Vitae**

Herstellstraße 20 - 22

63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 – 44 64 50

aschaffenburg@donum-vitae-bayern.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.aschaffenburg.donum-vitae-bayern.de](http://www.aschaffenburg.donum-vitae-bayern.de)

## Sicher und geborgen im Leben

Für werdende Eltern und Eltern mit neu geborenen Kindern.

---

### Was steckt dahinter?

Das Programm fördert die sichere Bindung zwischen Eltern und Säuglingen. »Sicher gebundene« Kinder sind belastbarer, selbstsicherer und feinfühlicher. Müttern und Vätern wird geholfen in ihre Rolle als Eltern hinein zu wachsen und das Baby zu verstehen.

### Was wird vermittelt?

Im ersten Modul wird aufgezeigt, was unter Bindung zu verstehen ist, wie sie sich entwickelt und warum eine sichere Bindung für Kind und Eltern so wichtig ist. Die folgenden drei Module handeln davon, die Signale und Gefühle des Babys besser zu verstehen und was Eltern hilft, sich in ihr Kind einzufühlen. Außerdem erhalten Eltern Tipps zu den Themen: Übergang vom Paar zum Eltern-Sein sowie Ressourcen und Entlastungsmöglichkeiten für Eltern.

### Wie läuft der Kurs ab?

4 Treffen je 90 Minuten

### Wie viel kostet es?

kostenlos

### An wen kann ich mich wenden?

**Donum Vitae**  
Herstellstraße 20 - 22  
63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 44 64 50  
aschaffenburg@donum-vitae-bayern.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.aschaffenburg.donum-vitae-bayern.de](http://www.aschaffenburg.donum-vitae-bayern.de)

## Starke Eltern – Starke Kinder

Für Eltern mit Kindern und Jugendlichen in den Altersgruppen 0 bis 3 Jahren, 4 bis 13 Jahren und in der Pubertät.

---

### Was steckt dahinter?

Starke Eltern – Starke Kinder ist ein Kursangebot für alle Mütter und Väter, die mehr Freude, Leichtigkeit und Sicherheit in der Erziehung erreichen möchten. Der Elternkurs möchte Eltern in ihrem Erziehungsalltag unterstützen, entlasten und ihnen Souveränität bei Erziehungsfragen mit auf den Weg geben.

### Was wird vermittelt?

Ziel ist die Stärkung des Selbstbewusstseins von Müttern, Vätern und Kindern.

Es werden Tipps und Tricks zur Entlastung des Familienalltags, zur Verbesserung des Miteinanders und zur Konfliktbewältigung gegeben.

In einem Austausch zwischen Müttern und Vätern können allgemeine Erziehungsthemen besprochen werden.

### Wie läuft der Kurs ab?

10 bis 12 wöchentliche Treffen je 2 Stunden

### Wie viel kostet es?

für Einzelpersonen 50 Euro und für Paare 80 Euro

### An wen kann ich mich wenden?

**Marielies Schleicher Stiftung**  
Erbsengasse 9  
63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 29 93 04  
info@stiftung-aschaffenburg.de

### Weitere Infos finde ich unter:

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

## STEP Elterntraining: Systematisches Training für Eltern und Pädagogen

Für Eltern mit Kindern und Jugendlichen in den Altersgruppen 0 bis 6 Jahren, 6 bis 12 Jahren und ab 13 Jahren.

Auch für Fachkräfte in pädagogischen Berufen.

---

### Was steckt dahinter?

Die Grundidee ist die Gleichwertigkeit der Eltern und Kinder als würdige Menschen und als Folge daraus ein respektvoller Umgang miteinander. Durch eine demokratische Erziehung sollen Kinder zu respektvollen, selbstbewussten, verantwortungsbewussten, kooperationsbereiten und glücklichen Menschen erzogen werden.

### Was wird vermittelt?

Die Kinder sollen aus einer neuen, positiven Perspektive gesehen werden. Eltern werden angeleitet durch Ermutigung, die Stärken ihrer Kinder zu fördern. Mit ihrer respektvollen Kommunikation sind Eltern Vorbilder für ihre Kinder.

STEP fördert die Kooperation in der Familie und zeigt außerdem Möglichkeiten auf, Disziplin auszuüben und Kinder aus ihren Konsequenzen lernen zu lassen.

### Wie läuft der Kurs ab?

10 wöchentliche Treffen je 2 bis 2,5 Stunden

### Wie viel kostet es?

für Einzelpersonen 190 Euro und für Paare 300 Euro

### An wen kann ich mich wenden?

**Mehrgenerationenhaus MOSAIK**

Herr Horst Przybilski

Marsstraße 11a

63762 Großostheim

Telefon: 06026 – 97 88 30

info@mosaik-bachgau.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.instep-online.de](http://www.instep-online.de)

## Zappel-Philipp, Traum-Suse & Co

Eltern / Erziehungsberechtigte von ADS- und ADHS-Kindern

---

### Was steckt dahinter?

Null Ausdauer, ewig abgelenkt, sprunghaft, hibbelig und/oder verträumt – kennen Sie das auch von Ihrem Kind? Wie soll man da als Eltern noch die Ruhe bewahren? Es ist vielleicht schwer vorstellbar, jedoch kann es gelingen! Wir geben Hilfestellung für typische Problemsituationen in Familien mit hyperaktiven und/oder verträumten Kindern.

### Was wird vermittelt?

Information, Austausch, praktische Übungen, gemeinsame Erarbeitung von individuellen Lösungsschritten.

### Wie läuft der Kurs ab?

Ein Treffen Freitag abends mit 2,5 Stunden, ein Treffen samstags mit ca. 5 Stunden.

### Wie viel kostet es?

25 Euro pro Person, – Ermäßigung möglich

### An wen kann ich mich wenden?

**Marielies Schleicher Stiftung**  
Erbsengasse 9  
63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 29 93 04  
info@stiftung-aschaffenburg.de

### Weitere Infos finde ich unter:

[www.stiftung-aschaffenburg.de](http://www.stiftung-aschaffenburg.de)

## Impressum

### Landratsamt Aschaffenburg

Amt für Kinder, Jugend und Familie  
Monika Mann  
Familienbildung  
Auhofstraße 21, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 39 43 23  
familienbildung@Lra-ab.bayern.de  
www.familie-ab.de



### Landratsamt Miltenberg

Kinder, Jugend und Familie  
Claudia Joos  
Fachstelle für Familienangelegenheiten  
Brückenstraße 2, 63897 Miltenberg  
Telefon: 09371 – 50 12 41  
claudia.joos@lra-mil.de  
www.landkreis-miltenberg.de



Für Elternkurse können Sie gerne die Wertgutscheine des Landratsamtes Miltenberg einsetzen. Darüberhinaus ist unter bestimmten Voraussetzungen eine weitere finanzielle Förderung möglich.

### Stadt Aschaffenburg

Büro des Oberbürgermeisters  
Claudia Beck und Miriam Müller  
Jugendhilfeplanung, Familienbildung  
Dalbergstraße 15, 63739 Aschaffenburg  
Telefon: 06021 – 330 17 94  
familien@aschaffenburg.de  
www.familien-aschaffenburg.de



Kennen Sie schon unsere Familienstützpunkte?  
Nähere Infos unter: [www.familienstuetzpunkte-aschaffenburg.de](http://www.familienstuetzpunkte-aschaffenburg.de)

Eine Garantie auf Vollständigkeit aller Elternbildungsprogramme kann leider nicht gewährleistet werden, da die Angebote sehr individuell und vielfältig sind. Sollten Sie Angebote vermissen, Änderungswünsche oder Ergänzungen haben, können Sie sich gerne an Ihre Familienbildung wenden.

Stand: 08 / 2018, 6. Auflage

