



LANDKREIS
LUDWIGSBURG

Alle Seminare inkl. Kinderbetreuung sind kostenlos!

Kinderbetreuung im Gruppenraum 237
(bitte 15 Minuten vor Beginn mit dem Kind kommen).

Anmeldung zum Seminar telefonisch oder per E-Mail.



Landratsamt Ludwigsburg

Hilfen für Alleinerziehende

71638 Ludwigsburg

Dienststelle: **Hindenburgstr. 40**

Zimmer: 518 in der 5. Ebene

Telefon: 07141/144-42781
07141/144/43199 (Sekretariat)

Mail: Sonja.Ohren@landkreis-ludwigsburg.de
alleinerziehende@landkreis-ludwigsburg.de

Internet: www.landkreis-ludwigsburg.de

Wir bieten Ihnen außerdem telefonische und persönliche Beratung an. Montags ist zudem **Offene Sprechstunde von 9 – 11 Uhr (ohne Termin).**

Stand: 24.11.2025

Hilfen für Alleinerziehende



Seminarprogramm für Alleinerziehende Frühjahr 2026

mit kostenloser Kinderbetreuung



alleinerziehende@landkreis-ludwigsburg.de

„Lerne lieber leichter“

Dienstag, den 27.01.2026, 16.00 Uhr – 17.30 Uhr, Raum 401

Referentin: Frau Eva Reichardt, Systemischer Coach, Kinder- und Jugendcoach (www.reichardt-coaching.de)

Lernen kann Freude machen – wenn man weiß, wie! In meinem Vortrag erfahren Sie, wie Lernen im Gehirn abläuft und welche Methoden Ihrem Kind helfen, motiviert und effektiv zu lernen. Ich stelle einfache, bewährte Lernstrategien vor, die den Schulalltag erleichtern – von der Grundschule bis zur weiterführenden Schule. Zudem gebe ich praktische Tipps, wie Sie Ihr Kind im Alltag sinnvoll begleiten können, ohne zusätzlichen Druck aufzubauen. Sie lernen, worauf es beim Lernen wirklich ankommt und wie Sie eine positive Lernatmosphäre schaffen. Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen zu stellen und wertvolle Impulse mitzunehmen!

„Aufräumen mit System- so gelingt es“

Dienstag, den 24.03.2026, 16.00 – 18.00 Uhr, Raum 401

Referentin: Frau Xime Lopez, zertifizierter professioneller Ordnungskoach (www.ximelopez.com)

In diesem zweistündigen Seminar sprechen wir darüber, wie Unordnung die Dynamik im zuhause und unsere Beziehung zum Kind beeinflusst. Im ersten Teil lernen Sie die Ursachen von Unordnung im Haushalt zu erkennen. Wir sprechen darüber, warum wir so viele Dinge sammeln und wie wichtig es ist loszulassen, was wir nicht mehr benötigen.

Ziel ist es harmonischere und funktionalere Räume für Sie und Ihre Kinder zu schaffen. Im zweiten Teil lernen wir einfache Methoden zur Organisation des Haushaltes kennen – von der Küche bis zum Kleiderschrank.

Wir üben leicht umsetzbare Techniken, auch für Kinder, damit alle aktiv am Aufräumprozess teilnehmen können.

„Sonnenschutz bei Kindern“

Dienstag, den 19.05.2026, 16.00 Uhr – 18.00 Uhr, Raum 401

Referentin: Frau Carola Benkert und Frau Filiz Ugur, Gesundheitsamt Ludwigsburg (www.landkreis-ludwigsburg.de)

Hautkrebs ist mit die häufigste Krebserkrankung in Deutschland. Als Hauptursache für die Entstehung von Hautkrebs werden vor allem die intensive Sonnenbestrahlung und Sonnenbrände angesehen. Insbesondere Sonnenbrände in der Kindheit spielen hier eine wichtige und oft unterschätzte Rolle. Denn die Kinderhaut ist empfindlicher und die Haut vergisst nichts.

In diesem Seminar wird kurz auf die verschiedenen Arten von Hautkrebs eingegangen und die Warnsignale, auf die man achten sollte, werden aufgezeigt. Es werden die Besonderheiten für den Sonnenschutz bei Kindern thematisiert, sowie Empfehlungen für einen angepassten Umgang mit der Sonne gegeben.

Familienshooting - Zeit für schöne Erinnerungen

Dienstag, den 07.07.2026, 16.00 – 18.00 Uhr, auf der Wiese beim Gesundheitsamt, Hindenburgstr. 20, 71638 Ludwigsburg

Referentin: Frau Mona Weingart, Fotografin (www.monaweingartphotography.de)

Gemeinsam lachen und Spaß haben - Erinnerungen, die man in den Händen halten kann, die man sich an die Wände hängt und die einem bei jedem anschauen ein Lächeln ins Gesicht zaubern.

Lassen Sie uns auch Ihre Momente für die Ewigkeit festhalten.

Ganz entspannt und natürlich, mit viel Herz und Geduld.

Nach einem ca. 20-minütigen Shooting erhalten Sie über einen Downloadlink mindestens zehn bearbeitete Bilder.