



LANDKREIS
LUDWIGSBURG

Alle Seminare sind kostenlos!

Es gilt die aktuelle Corona VO.
Sollten keine Präsenzveranstaltungen möglich sein, finden die Seminare ONLINE statt.

Anmeldung zum Seminar telefonisch oder per Email.

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: 02.11.2021

Hilfen für Alleinerziehende



Seminarprogramm für Alleinerziehende Frühjahr 2022

Präsenz ggf. Online



alleinerziehende@landkreis-ludwigsburg.de

Trennung verarbeiten

Dienstag, den 22.02.2022, 15.00 Uhr – 16.30 Uhr, R. 401

Referentin: Frau Monika Nohl- Schäfer, Diplom- Sozialpädagogin und systemische Familientherapeutin

Trennung und Scheidung ist eine hochgradige, existentielle Bedrohung für jeden einzelnen in der Familie, deren Auswirkungen über die Kernfamilie hinaus bis in die Verwandtschaft, den Freundeskreis, die Nachbarschaft, den Kindergarten, die Schule ja sogar bis hin zum Arbeitsplatz spürbar werden.

In der akuten Trennungs- Scheidungssituation und darüber hinaus ist jedes einzelne Familienmitglied extrem belastet.

Verlust- und Zukunftsängste, Orientierungslosigkeit, starke Stimmungsschwankungen, Enttäuschung, Wut und Trauer und ein vermindertes Selbstbewusstsein beeinträchtigen die Entscheidungsfreiheit der Erwachsenen und beeinflussen den Alltag der Kinder.

Ihre individuellen Fragen dürfen Sie gerne miteinbringen.

Kind(er) nach einer Trennung stärken

Dienstag, den 05.04.2022, 15.00 Uhr – 16.30 Uhr, R. 401

Referentin: Frau Monika Nohl- Schäfer, Diplom- Sozialpädagogin und systemische Familientherapeutin

Auch Kinder leiden, wenn sich Mama und Papa trennen. In diesem Seminar möchten wir uns unterschiedliche Verhaltensweisen von Kindern nach einer elterlichen Trennung sowie deren Bedürfnisse anschauen. Wie kann ich als Mama oder Papa mein Kind in schweren Zeiten auffangen und es angemessen in seinem Sein unterstützen, so dass die Trennung, die ganz aktuell ist oder auch schon eine Zeit zurück liegt für das Kind annehmbar ist. Auch auf die Frage: Welche Stärken hat mein Kind und wie kann man diese noch mehr im Alltag hervorheben, möchte ich in diesem Seminar eingehen.

Perspektiven und Chancen für die Zukunft nach der Trennung

Dienstag, den 31.05.2022, 15.00 Uhr – 16.30 Uhr, R. 401

Referentin: Frau Monika Nohl- Schäfer, Diplom- Sozialpädagogin und systemische Familientherapeutin

- Wie kann ich als Frau und Mutter den Alltag mit meinem Kind, meinen Kindern gut bewältigen?
- Was möchte ich gerne verändern?
- Welche erreichbaren Ziele möchte ich mir setzen?
- Wie stelle ich mir mein Leben in 5 Jahren vor?
- Welche Chancen bieten sich nun für mich persönlich an?

Diese und noch weitere Fragestellungen werden in diesem Seminar gemeinsam behandelt.

Gutes muss nicht teuer sein!

Dienstag, den 12.07.2022, 15.00 Uhr – 16.30 Uhr, R. 401

Referentin: Frau Sonja Ohren, Diplom- Sozialpädagogin im Landratsamt LB

Auch mit weniger Geld kann man mit den Kindern schöne Dinge gemeinsam erleben oder kaufen. Zusammen erstellen wir eine „Toppliste“ mit kostenfreien und günstigen Ausflugszielen im Landkreis Ludwigsburg und näherer Umgebung. Genauso betrachten wir Apps fürs Handy, bei denen man gut sparen kann, sowie Homepages zu diesem Thema.

Jede Teilnehmerin erhält ein Handout.

Gerne können Sie mir auch zuvor bereits Ihre „Tipps“ zukommen lassen.

Veranstaltungshinweise der Fachstelle

„Kaffee Frieda“: 13.01., 27.01., 10.02., 24.02., 17.03., 31.03., 14.04., 05.05., 19.05., 02.06. und 23.06.2022

„Offener Treffpunkt für Alleinerziehende mit Kindern im Alter ab 10 Jahren“: 18.01., 15.03., 10.05., 19.07., 25.10., 13.12.2022