



Starke Eltern Starke Kinder



**Ein Elternkurs für mehr
Leichtigkeit, Klarheit und
Verbindung im Familienalltag**

Der Elternkurs des Kinderschutzbundes –
www.sesk.de

Kursleitung:



Miriam Schultz

Dipl. Sozialpädagogin
systemische Beraterin
zertifizierte Elternkursleiterin
(DKSB)
Mutter von drei Kindern



Victoria Kitta

Erzieherin
Heilpädagogin
zertifizierte Elternkursleiterin
(DKSB)

Anmeldung und weitere Infos per E-Mail:

miriamschultz80@gmail.com
victoria.kitta@gmail.com

Mehr Einblicke auf Instagram:

 [@miriam_schultz_](https://www.instagram.com/miriam_schultz_)

Bei Fragen melde dich gerne bei uns.

In Kooperation:



**Der Kinderschutzbund
Bundesverband**

<https://www.kinderschutzbund.de/>

So geht es vielen Eltern...

Kennst du das?

Der Familienalltag ist voll, sodass du ihn kaum genießen kannst.
Du liebst dein Kind - und bist doch manchmal einfach erschöpft.
Du willst ruhig bleiben - und merkst, dass du lauter wirst, als du möchtest.
Du wünschst dir Harmonie - und landest trotzdem in den gleichen Konflikten.

Damit bist du nicht alleine.

So geht es vielen Eltern.
Und genau hier setzt unser Elternkurs an.

Starke Eltern sind Eltern, die bereit sind, hinzuschauen, zu fühlen und neue Wege zu gehen.

Was dich im Kurs erwartet

Im Kurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ bekommst du neue Impulse, Austausch und kleine Schritte, die Großes bewirken können.

- Du erkennst, was dir in der Erziehung wirklich wichtig ist.
- Du lernst, liebevoll Grenzen zu setzen - ohne schlechtes Gewissen.
- Du findest Wege, Konflikte ruhiger zu lösen.
- Du stärkst dein Vertrauen in dich selbst und dein Kind.
- Du erfährst: Du musst nicht perfekt sein, um eine starke Mama oder ein starker Papa zu sein.

Für wen ist der Kurs geeignet?

Für alle Eltern, die...

...sich weniger Streit und mehr Verständnis wünschen

...sich selbst und ihr Kind besser verstehen möchten

...Wege aus Erschöpfung, Unsicherheit oder Schuldgefühl suchen

...Lust haben, gemeinsam zu wachsen – statt gegeneinander zu kämpfen

Kursumfang:

10 Termine
mittwochs 19:30 - 21:00 Uhr

Termine:

08., 15., 22., 29. April 2026
06., 20., 27. Mai 2026
03., 10., 17. Juni 2026

Ort: Bernhard-Lohmann- Straße 23
49809 Lingen
(Raum der Begegnung)

Kursgebühr:

120€ pro Person
190€ pro Paar

Warum dieser Kurs so wertvoll ist

- Weil Kinder keine perfekten Eltern brauchen - sondern präsepte
- Weil Eltern, die sich selbst verstehen, ihre Kinder leichter begleiten
- Weil Miteinander nur gelingt, wenn wir uns selbst nicht verlieren

Der Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ stärkt euer Selbstvertrauen, eure Beziehung und eure Freude am Familienleben.

Für mehr Balance zwischen Liebe, Klarheit und Alltag.



Raum der Begegnung