



# FAMILIEN STÄRKEN

EIN PRÄVENTIONSPROGRAMM  
FÜR FAMILIEN MIT KINDERN  
VON 10 – 14 JAHREN



## WIE SIE IHRE FAMILIE STÄRKEN

Jede Familie ist einzigartig. Und jede Familie verändert sich ständig: Mit dem Alter der Kinder wandelt sich das Zusammenleben innerhalb der Familie. Verschiedene Ereignisse können ein stabiles, harmonisches Zusammenleben ins Wanken bringen. Es entstehen immer wieder Situationen, in denen es schwer wird, sich gegenseitig zu verstehen und miteinander zu reden.

In der Entwicklungsphase von Kindern ab 10 Jahren wächst oft der Wunsch, die Eltern-Kind-Beziehung zu stärken und Rat in Erziehungsfragen zu erhalten. „Familien stärken“ ist ein Suchtpräventionsprogramm, das Eltern und Jugendliche in ihrem sozialen Umfeld stärken will.

### ELTERN UND ERZIEHUNGSBERECHTIGTE ERFAHREN

- wie Kinder und Jugendliche in diesem Alter denken, fühlen, handeln
- wie sie Regeln und Konsequenzen gemeinsam entwickeln und umsetzen können
- wie sie Liebe und Wertschätzung zeigen
- wie sie problematischem Suchtmittelkonsum bei Kindern und Jugendlichen entgegenwirken können

### KINDER UND JUGENDLICHE LERNEN

- mit Ärger und Stress im Alltag besser umzugehen
- den Eltern und anderen gegenüber Gefühle zu zeigen
- eigene Bedürfnisse auszudrücken
- wie sie Konflikte gut austragen können

### ALS FAMILIE ERLEBEN SIE

- wie man Familienkonflikte oder Probleme gemeinsam lösen kann
- was das Besondere an Ihrer Familie ist und was Ihre Familie stark macht

# WAS SIE WISSEN MÜSSEN

## TEILNEHMER\*INNEN

„Familien stärken“ ist ein Baustein im Rahmen des Projektes Gesunder Stadtteil in Ramersdorf und Perlach. Es richtet sich an alle Familien mit Kindern im Alter von 10 bis 14 Jahren. Familie bedeutet: Mutter, Vater, Pflegemutter, Pflegevater, Stiefmutter, Stiefvater und andere Personen, die für die Erziehung zuständig sind.

## DAUER

- 4 Samstage à 5h jeweils von 10.00 – 15.00 Uhr, für max. 10 Familien

## ABLAUF

- Zunächst erarbeiten Eltern und Kinder/Jugendliche getrennt ihre Themen mit praktischen Übungen
- Danach kommen alle zum Mittagessen zusammen
- Im Anschluss werden die Themen gemeinsam vertieft

## ZEIT UND ORT

10.00 – 15.00 Uhr

Die aktuellen Termine und den Veranstaltungsort entnehmen Sie bitte dem beiliegenden Einleger, sowie [www.condrobs.de/familienstaerken](http://www.condrobs.de/familienstaerken)

## KINDERBETREUUNG INKLUSIVE

Für jüngere Geschwister wird vor Ort eine Kinderbetreuung angeboten.

## KOSTENFREI

„Familien stärken“ ist ein kostenloses Programm und wird im Rahmen des Projektes Gesunder Stadtteil angeboten.



**ICH HABE INTERESSE**

- Ich möchte gerne weitere Informationen zum Programm „Familien stärken“. Bitte nehmen Sie Kontakt mit mir auf.

Name, Vorname

.....

Adresse

.....

Telefon tagsüber

.....

E-Mail

.....

.....



**Condrops**

**Familien stärken**

Schwanthalerstraße 73 Rgb.

80336 München

„Besonders die Familiensitzungen haben eine neue Gesprächskultur bei uns angeregt.“

„Im Miteinander und mit Hilfe von Videos werden Situationen bewusst gemacht und Lösungswege gezeigt.“

„Sehr zu empfehlen für alle, die eine starke Familie sein wollen.“



## TIPPS UND INFOS FÜR IHRE TEILNAHME

- Eine Teilnahme an allen 4 Samstagen ist sinnvoll.
- Das praktische Üben steht im Vordergrund. Sie haben am meisten davon, wenn Sie bereit sind, bei Einzel- und Gruppenübungen aktiv mitzumachen.
- Das Programm lohnt sich für die gesamte Familie.

Bei allen Sitzungen begleiten Sie ausgebildete „Familien-stärken“-Gruppenleiter\*innen.



### Familien stärken<sup>INFO</sup>

Das an der Iowa State University (USA) entwickelte Programm unterstützt seit über 20 Jahren erfolgreich Familien weltweit. Das Deutsche Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf hat das Programm in Kooperation mit der Oxford Brookes University (UK) für Deutschland adaptiert und bildet die „Familien-stärken“-Gruppenleiter\*innen aus.



## KONTAKTIEREN SIE UNS

### Condrops Familien stärken

Projektkoordination: Stefan Schmidt

Schwanthalerstraße 73 Rgb. | 80336 München

Tel: 089 543699-0 | Mobil: 0176 13410026

familienstaerken@condrops.de

www.condrops.de/familienstaerken

**Condrops** hilft benachteiligten Menschen und ihren Angehörigen. Wir sind ein überkonfessioneller Träger mit vielfältigen sozialen Hilfsangeboten in ganz Bayern. Aus einer Selbsthilfeinitiative entstanden, arbeiten heute mehr als 900 Mitarbeiter\*innen in über 70 Einrichtungen. Neben breit gefächerten Angeboten in der Prävention und Suchthilfe sind wir in der Kinder- und Jugendhilfe sowie in der Migrationsarbeit tätig. Condrops ist Ausbilder und bietet betreute Arbeitsplätze für Frauen\* und Männer\*, die nach einer schwierigen Lebensphase wieder ins Arbeitsleben zurückkehren wollen. In unserer Akademie finden Fachleute themenspezifische Fortbildungen. Weitere Informationen unter [www.condrops.de](http://www.condrops.de)

## DIE UNTERSTÜTZER

Das Projekt Gesunder Stadtteil inkl. dem Baustein „Familien stärken“ wird von acht Krankenkassen und dem Gesundheitsreferat gemeinsam finanziert und von Condrops e. V. in den Stadtteilen Ramersdorf und Perlach durchgeführt.



Landeshauptstadt  
München  
**Gesundheitsreferat**



**BARMER**

**DAK**  
Gesundheit

**IKK** classic

**KKH** Kaufmännische  
Krankenkasse

**KNAPPSCHAFT**  
Für meine Gesundheit!

**Mobil**  
KRANKENKASSE



## Kostenlose Condrops Infoline: 0800 3410100

Montag bis Freitag von 10.00 – 17.00 Uhr  
(außer an Feiertagen)

Condrops ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband  
und im fdr Fachverband Drogen- und Suchthilfe.



Zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001



Wir arbeiten  
gemeinwohlorientiert