

## Pressemitteilung

### **„Kinderkulturnacht macht stark“ – 30 Jahre Diako Beratungszentrum**

Das Diako Beratungszentrum nahm in diesem Jahr zum 1. Mal an der Kinderkulturnacht teil und feierte in diesem Rahmen ihr 30-jähriges Bestehen gemeinsam mit den Kindern und Familien.

In der „Stärkenwerkstatt“ am Ärztedenkmal vor dem Diakonissenmutterhaus erwartete die Kinder, ihre Eltern, Geschwister, Freunde und Großeltern eine besondere Begegnung. Madame Estefania empfing die Familien in ihrem Wahrsage-Zelt und versuchte, mit Hilfe ihrer Kristallkugel die Stärken der Kinder herauszufinden. Aber immer wieder stellte sich heraus, dass Estefania nicht die Stärken aus der Kugel lesen konnte. Nur die Kinder selbst bzw. ihre Eltern und Geschwister konnten um ihre Ressourcen wissen. Die Kinder und Eltern genossen es, sich einmal ausschließlich auf das Gute, Bemerkenswerte und Tolle eines jeden Kindes zu konzentrieren.

Im Anschluss hatten die Kinder die Gelegenheit, eine ihrer tollen Eigenschaften in Form eines Symbols auf einen Stärkenstein zu malen oder sich ihre Stärke auf einer Urkunde mit echter Feder und Tinte zu bescheinigen. Mehr als 100 Kinder und ihre Familien besuchten zur Kinderkulturnacht die Stärkenwerkstatt. Sowohl Kinder, Eltern und auch Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle erlebten große Freude an diesem Abend.

### **Interessante Angebote für Kinder, Eltern und Familien in der Beratungsstelle**

#### **Themen-Elternabend „Was Familien stärkt: Kommunikation und Kontakt“ am Mittwoch, den 07.09.22 um 18.00 Uhr**

Wie entsteht ein "gutes" Gespräch? Was kann ich dafür tun? Es erwartet Sie ein u.a. spielerischer Abend mit Anregungen und Ideen, wie Sie die Kommunikation und den Kontakt innerhalb ihrer Familie im Alltag fördern können.

#### **Gruppe für Kinder deren Eltern sich getrennt haben ab Montag, den 12.09.2022**

Das Angebot richtet sich an Kinder von getrennten Eltern im Alter von 8-12 Jahren. Die Treffen finden 1x pro Woche über zehn Treffen hinweg statt. Bis zum 01.09.22 können Eltern ihre Kinder dafür anmelden.

**Pressekontakt:** Helene Maria Henkel, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Tel.: 03691/ 260-232 · E-Mail: [h.henkel@diako-thueringen.de](mailto:h.henkel@diako-thueringen.de)

**Diako Thüringen gem. GmbH** Karlsplatz 27-31 · 99817 Eisenach · [www.diako-thueringen.de](http://www.diako-thueringen.de)  
Ein Unternehmen der Ev.-Luth. Diakonissenhaus-Stiftung Eisenach

### **Gruppenangebot für Kinder und Jugendliche ab Dienstag, den 13.09.2022**

In der Gruppe wird mithilfe von Theater- und Improvisationsspielen der Kontakt zu sich selbst und anderen hergestellt. Spiellust, Freude und Mutproben kommen nicht zu kurz. Das Gruppenangebot findet 14-tägig statt (jeden 2. und 4. Dienstag des Monats). Näheres zu Uhrzeit und Altersgruppe kann ab Ende August in der Beratungsgestelle erfragt werden.

### **Offene Sprechstunde für Jugendliche und junge Erwachsene zum Thema psychische Gesundheit und Liebe, Sexualität und sexuelle Identität am Montag, den 10.10.2022 von 16.00-18.00 Uhr.**

### **Workshop „Wege aus der Gefühlsachterbahn“ am Mittwoch, den 12.10.2022 von 14.00 Uhr bis ca. 15.30 Uhr**

Stress, Ärger, Überanstrengung, Erschöpfung, Niedergeschlagenheit, ...? – Die meisten von uns kennen solche Momente oder Lebensphasen. Wie kommt man aus solchen emotionalen Spannungszuständen heraus? – Um schnelle Soforthilfe-Techniken geht es in diesem Workshop. Im Workshop werden einfache, wirkungsstarke Übungen erprobt, mit denen man über seinen Körper gezielt seinen Gemütszustand, wie z.B. Ärger, Stress und Anspannung positiv beeinflussen kann.

### **Themen-Elternabend „Im Familienalltag gelassen reagieren“ am Mittwoch, den 12.10.2022 um 18.00 Uhr**

Was tun, wenn das Kind nach 5x Bitten immer noch nicht reagiert oder aus 30 Minuten Computerspiel 2 Stunden werden? Wie kann es gelingen, ohne Schimpfen, Brüllen und Strafen als ernstzunehmende Erziehende für die Kinder erkennbar zu sein? Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ findet auf humorvolle Art Antworten auf diese Frage. Nach der Filmvorführung werden es Gelegenheit geben, gemeinsam den Fragen aus dem persönlichen Alltag der Familien nachzugehen.

### **Offene Sprechstunde für werdende und frisch gebackene Eltern: Gesundheit im Hinblick auf Schwangerschaft, Geburt und Elternzeit am Donnerstag, den 13.10.22 von 16.00-18.00 Uhr.**

**Themen-Elternabend „STRESS, LASS NACH! Ein Workshop für Elternpaare, die von mentaler Überlastung im Alltag betroffen sind“ am Freitag, den 14.10.2022 von 18.00 - 21.00 Uhr**

Mental Load bezeichnet die Überlastung durch alltägliche to do's in Verbindung mit der nötigen mentalen Denkarbeit: Hat das Kind noch genug passende Kleidung? Haben wir genug Lebensmittel für den Besuch am Wochenende? usw. Im Workshop haben Elternpaare Gelegenheit, die unsichtbaren Aufgaben im Familienalltag sichtbar zu machen und die Verteilung auf alle Familienmitglieder kritisch zu hinterfragen. Anschließend wird eine Methode zum effektiven Familienmanagement dargestellt.

Die **telefonische Familiensprechstunde** der Erziehungs- und Familienberatung ist von Mo - Do von 10.00-11.00 Uhr offen. Ratsuchende können im Beratungszentrum anrufen und werden direkt an eine Mitarbeiterin der Familienberatung weiterverbunden.

Individuelle Beratungstermine in der Erziehungsberatung, der Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung sowie dem Kinderschutzdienst können natürlich weiterhin nach Terminvereinbarung in Anspruch genommen werden.

**Beratungsstelle: Schillerstraße 6, 99817 Eisenach**

Telefonische Erreichbarkeit: 03691 - 260 340

Montag 08.30 - 12.00 und 13.00 - 16.00 Uhr

Dienstag 13.00 - 16.00 Uhr

Mittwoch 08.30 - 12.00 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr

Donnerstag 13.00 - 17.00 Uhr

Freitag 08.30 - 13.00 Uhr

**Weitere Informationen:** Beratungszentrum, Schillerstraße 6, Telefon 03691 260-340,  
E-Mail [beratung@diako-thueringen.de](mailto:beratung@diako-thueringen.de)