

Kontakt

in kontakt - Verein für christliche Lebenshilfe e.V.
Kernerstraße 9
74189 Weinsberg

Telefon: 071 34 91 13 08
E-Mail: info@in-kon-takt.de
Internet: www.in-kon-takt.de



Bürozeiten: Montag, 10.00 – 13.00 Uhr
Mittwoch, 15.30 – 17.30 Uhr

Unsere Bankverbindung: Volksbank Sulmtal eG
IBAN: DE22 6206 1991 0045 7870 00 · BIC: GENODES1VOS

Beratungsstelle des Weißen Kreuzes

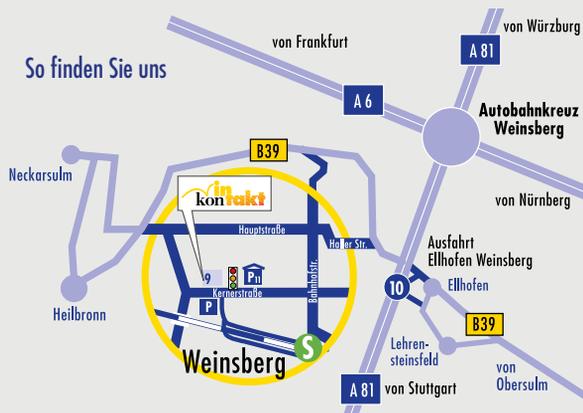


Ideengut www.berroth-i.de



Alle Angebote auch buchbar
unter www.in-kon-takt.de

So finden Sie uns



Programm Jan. – Juni 2023

Beraten · Bilden · Begleiten

Wer wir sind:

Träger der Beratungsstelle ist „in kontakt“, ein gemeinnütziger, überkonfessioneller Verein, dessen Ziel es ist, Menschen bei der Bewältigung ihrer Lebenssituation zu begleiten.

Die Arbeit des Vereins wird von einem Trägerkreis verantwortet, dessen Mitglieder beruflich oder ehrenamtlich in unterschiedlichen Feldern der sozialen Arbeit tätig sind. Unterstützt und begleitet werden wir von einem Freundes- und Förderkreis.

Auf der Grundlage eines christlichen Menschenbildes bieten wir unter dem Motto „Beraten-Bilden-Begleiten“ Lebenshilfe in unterschiedlicher Form an.



Wir wollen Menschen ansprechen,

- die ihr Leben aktiv gestalten wollen
- die mit sich selbst oder anderen besser zurecht kommen wollen
- die im beruflichen Kontext ihre Stärken und Ressourcen entfalten wollen
- die mehr Erziehungskompetenz und weniger Stress in der Familie erreichen wollen
- die in ihrer Partnerschaft, Ehe, Familie in einer Krise stecken und nach einer neuen Perspektive suchen
- die in einer unerwarteten Lebenskrise Hilfe zur Bewältigung suchen

Wir bieten an:

- Einzelgespräche
- Paargespräche
- Familientherapie/-beratung

Arbeitsgrundlagen/Methoden:

- Individualpsychologie
- Systemische Therapie
- Kognitive Verhaltenstherapie
- Gesprächstherapie

JANUAR			Seite
16.01.	14	Lebe Leichter	24
26.01.	01	STEP-Elterntraining	9
26.01.	09	Trennung mit Kindern	18

FEBRUAR			
09.02.	03	Beckenboden-Aufbaukurs	11
10.02.	04	Beckenboden-Aufbaukurs	11
17.02.	10	Selbstregulation – Resilienz für Frauen	Neu 19

MÄRZ			
04.03.	11	Lieben-Scheitern-Leben	20
09.03.	05	Beckenboden-Grundkurs	12
24.03.	07	Kommunikation für Paare	15

APRIL			
21.04.	12	Aufstellungsabend	21
24.04.	15	Lebe Leichter	24
24.04.	17	Bleibe Leichter	25
25.04.	16	Lebe Leichter	24
26.04.	02	STEP-Elterntraining	9
28.04.	13	Wohnmobilreise durch das Baltikum	Neu 23

MAI			
13.05	06	Frauen-Pilger-Tag	13

JUNI			
24.06.	08	Kanutour für Paare	Neu 17

Internes Beratungsnetzwerk	4 - 5
Seelsorge/Beratung/Therapie	6
Vortragsangebote	7
Anmeldung	26
Allgemeine Geschäftsbedingungen	27

Internes Beratungsnetzwerk:

Dietmar Kilgus

Verheiratet, 1 Kind, Dipl. Wirtschaftsingenieur (FH),
Sozialmanagement, Personal Coach (ACI),
Systemisches Arbeiten (FoBIS)
**Angebot: Beratung/Coaching für Einzelpersonen und
Teamberatung, Naturerlebnistage**



Ulrich Kirschmann

verheiratet, 3 erwachsene Töchter
Dipl.-Sozialpädagoge (FH), traumazentrierter Fachberater (DeGPT),
Systemischer Therapeut (SG) für Paare, Familien, Einzelpersonen,
zertifizierter Leiter für Familienaufstellungen, akkreditierter christlicher
Berater (ACC)
**Angebot: Beratung und Therapie für Paare, Familien, Männer,
Familienaufstellungen, Prepare-Enrich-Angebote,
Traumaberatung**



Beate Rothfuß

verheiratet in 2. Ehe, 3 Kinder, Ethnologin, Soziologin, Mentorin für
Lieben-Scheitern-Leben-Kurse, Individualpsychologische Beratung und
Seelsorge (ICL), Kursleiterin von Stufen des Lebens
Angebot: Beratung von Einzelpersonen



Harald Scheid

verheiratet, 2 Kinder
Personal Coach (ACI), Mentor für twogether-Kurse,
Leitung einer Männergruppe
**Angebot: Seelsorge/Beratung/Coaching für Einzelpersonen
und Paare, Referent zu verschiedenen Themen**



Sabine Scheid

verheiratet, 2 Kinder, Erzieherin, Individualpsychologische Beraterin
und Seelsorgerin (ICL), Mentorin für twogether-Kurse
**Angebot: Beratung für Einzelpersonen und Paare,
Erziehungsberatung**



Christel Simpfendörfer-Dürr

verheiratet, 3 Kinder, Betriebswirtin im Einzelhandel,
Individualpsychologische Beratung und Seelsorge (ICL),
Kursleiterin für STEP Elterntraining, Lebe-leichter-Coach,
Traumazentrierte Fachberaterin ICTB
**Angebot: Beratung für Einzelpersonen und Paare,
Erziehungsberatung, Referentin zu verschiedenen Themen**



Guðrun Stricker

verheiratet, 5 Kinder, im eigenen Weinbaubetrieb tätig,
Lebensberaterin (BI), akkreditierte christliche
Beraterin (ACC)
**Angebot: Paarberatung, Prepare-Enrich Angebote,
Einzelberatung, Endlich-Leben Gruppe**



Hilfe beim Umgang mit Finanzen

Harald Stettner

verheiratet, 3 Kinder
Bank- und Versicherungskaufmann,
Personal Coach (ACI), Begleitender Seelsorger (ICL)
**Angebot: Beratung/Coaching beim Umgang mit Finanzen,
Krediten und Versicherungen**



Alle BeraterInnen und Coaches sind per
E-Mail erreichbar unter
Vorname.Nachname@in-kon-takt.de

Außerdem sind wir in einem erweiterten
Beratungsnetzwerk mit anderen christlichen
BeraterInnen verbunden. In regelmäßigen
Abständen findet mit diesen ein fachlicher
Austausch in Intervisions- und Supervisions-
treffen statt.

Gerne vermitteln wir auch Anfragen an diese
KollegInnen im weiteren Umfeld.

Grundlage der Beratung ist ein christliches Menschenbild.

Die Qualität der Beratung ist gewährleistet durch regelmäßige Weiterbildung, Supervision und Intervention. Eine örtliche und überörtliche Zusammenarbeit mit Ärzten, Beratungsstellen und anderen Einrichtungen ist für uns selbstverständlich.

Wie Sie Kontakt zu uns aufnehmen:

- Schreiben Sie uns Ihr Anliegen per Mail unter info@in-kon-takt.de oder
- Rufen Sie uns unter 07134 911308 an. Mitteilungen auf dem Anrufbeantworter werden baldmöglichst beantwortet oder
- Nehmen Sie während der Bürozeiten (siehe Rückseite) persönlich und direkt Kontakt mit der Beratungsstelle auf oder
- Kontaktieren Sie den Berater/die Beraterin oder Coach Ihrer Wahl per Mail.

Welche Art der Beratung bieten wir an?

Wir beraten Sie persönlich und zeitnah. Bei einzelnen BeraterInnen ist auf Wunsch auch eine Beratung per Mail oder telefonisch möglich. Zudem besteht die Möglichkeit die Beratung in englischer Sprache durchzuführen. Bitte bei der Kontaktaufnahme angeben.

Wie sind die Kosten einer Beratung?

Die Abrechnung einer Beratung erfolgt direkt mit dem jeweiligen Berater bzw. der Beraterin und beträgt bei einer Einzelberatung 50 - 70 €, bei einer Paarberatung 60 - 80 €.

Eine Abrechnung der Kosten über die Krankenkasse ist in der Regel nicht möglich; ggf. können diese jedoch als außergewöhnliche Belastung oder Werbungskosten steuerlich geltend gemacht werden. Grundsätzlich soll eine Hilfe nicht an den Finanzen scheitern; bitte sprechen Sie uns bei Bedarf direkt darauf an.

Wo finden die Beratungen statt?

Die Gespräche finden entweder in den Räumen unserer Beratungsstelle in Weinsberg, Kernerstr. 9 oder in privaten Praxisräumen statt.

Wie lange dauert eine Sitzung?

In der Regel dauert ein Gespräch 75 - 90 Minuten.

Gerne können Sie uns auch als Referenten für Gemeindeveranstaltungen anfragen (z. B. für Frauenfrühstückstreffen, Männervesper, Paarabende oder auch Themengottesdienste).
Die Honorarfrage wird individuell besprochen.
Nähere Auskünfte erteilt unsere Beratungsstelle.



Leihenseder

Schlosserei – Kunstschmiede
Metallbau

- Geländer
- Treppen
- Balkone
- Tore
- Gitter
- Zäune
- Sonderanfertigungen

■ in Stahl ■ Edelstahl ■ Glas

Joachim Leihenseder
74182 Obersulm-Willsbach
Heerweg 1
Fon 07134 3347
Fax 07134 13 44 97
Mobil 0176 80056648
info@leihenseder.de
www.leihenseder.de



**STEP – Das Elternttraining
Mehr Erziehungskompetenz -
weniger Stress in der Familie**

**STEP – Das Elternttraining - hilft
Ihnen ein kooperatives, stressfreieres Zusammenleben in
der Familie zu erreichen und eine tragfähige, erfüllende
Beziehung mit ihren Kindern aufzubauen.**

Möchten Sie auch

- ... liebevoll – konsequent Grenzen setzen?
- ... die Kommunikation mit ihren Kindern nachhaltig verbessern?
- ... Disziplin sinnvoll ausüben?

Dieses Training für Eltern und Erziehende von Kindern macht Mut zur Erziehung!

01 26.01.2023 – 06.04.2023 in Möckmühl

STEP-Elternttraining Leben mit Teenagern



Zeit: donnerstags 19.30 - 21.30 Uhr 10 mal
Ort: Jagsttal Schulverbund Möckmühl,
Schubertstr. 11, 74219 Möckmühl
Leitung: Christel Simpfendörfer-Dürr,
zertifizierte STEP-Kursleiterin,
Individualpsychologische Beraterin
und Seelsorgerin ICL, Traumazentrierte
Fachberaterin ICTB



Dieser Kurs ist über das Landesprogramm STÄRKE finanziert.
Für Sie entstehen keine Kosten, lediglich das Arbeitsbuch (18.95 €)
ist beim ersten Treffen zu bezahlen

02 26.04.2023 – 12.07.2023 in Obersulm-Willsbach

STEP – Elternttraining Kurs für Eltern mit Kindern bis 8 Jahren



Zeit: mittwochs 19:30 – 21:30 Uhr, 10 mal
Ort: Evang. Gemeindehaus, Sulmstr. 15, 74182 Willsbach
Leitung: Christel Simpfendörfer-Dürr, zertifizierte STEP-Kursleiterin
Individualpsychologische Beraterin u. Seelsorgerin ICL,
Traumazentrierte Fachberaterin ICTB
Dieser Kurs ist über das Landesprogramm STÄRKE finanziert.
Für Sie entstehen keine Teilnahmekosten, lediglich das Arbeitsbuch
(18.95 €) ist beim ersten Treffen zu bezahlen

Schön, wenn wir uns
kennenlernen.

PLANSECUR

WEIL WIR WERTSCHÄTZEN

IHR TRAUM VOM EIGENHEIM

» Wirklichkeit wird er mit einem unabhängigen Partner,
der Sie begleitet. Wenn Sie mögen, ein Leben lang.

- Zugriff auf Hunderte potenzielle Kreditgeber
- Ganzheitliche, wertorientierte Finanzplanung
- Individuelle Beratung, die das Wissen von vielen
Experten im Hintergrund bündelt



SANDRA ANDRESEN
Bankfachwirtin · IHK-Betriebswirtin
Telefon 07139 935 98 85 · s.andresen@plansecur.de
www.s-andresen.plansecur.de

ANTWORTEN AUF FINANZFRAGEN. plansecur.de



Grafik-Design
Internet
Fotografie

Büro für gute Werbung
Schubertstraße 5
74251 Lehensteinsfeld
Telefon: 0 71 34 9 61 31-0
E-Mail: info@berroth-i.de
Internet: www.berroth-i.de

Ideengut
Markus Berroth



www.volksbank-sulmtal.de

**In der Region
für die Region.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

**Gewinnen
Sparen
Helfen**

Marktstraße 15
74182 Obersulm
Tel. 07134 9801-0

**Volksbank
Sulmtal eG** 

Beckenboden Aufbaukurs



Um regelmäßig ein Beckenbodentraining wahrnehmen zu können, wird Frauen, die bereits einen Beckenboden Grundkurs abgeschlossen haben, eine monatliche Übungseinheit angeboten. Es werden bekannte, neue und kombinierte Übungen angeboten und Inhalte wiederholt. Ziel ist es, den Beckenboden regelmäßig neu wahrzunehmen und zu stärken.

03 09.02.2023 - 15.06.2023 in Weinsberg

Termine: 9.2., 2.3., 13.4., 11.5. und 15.6.2023
Zeit: Donnerstagabends 18.00 bis 20.15 Uhr,
Je nach Corona Lage möglicherweise in zwei Gruppen,
jeweils 45 Minuten, dazwischen Pause zum Lüften
Ort: Beratungsstelle „in kontakt“, Weinsberg, Kernerstr. 9
Kursleiterin: Barbara Kirschmann, Krankenschwester
und lizenzierte Beckenboden- Kursleiterin Bebo®
Deutschland
Kosten: 50 €
2 - 6 Teilnehmerinnen



04 10.02.2023 - 16.06.2023 in Weinsberg

Termine: 10.2., 3.3., 14.4., 12.5. und 16.6.2023
Zeit: Freitagvormittags 8.30 bis 11.00 Uhr
Je nach Corona Lage möglicherweise in zwei Gruppen,
jeweils 45 Minuten
Ort: Beratungsstelle „in kontakt“, Weinsberg, Kernerstr. 9
Kursleiterin: Barbara Kirschmann, Krankenschwester und lizenzierte
Beckenboden Kursleiterin Bebo® Deutschland
Kosten: 50 €
2 - 6 Teilnehmerinnen



Beckenboden Grundkurs nach dem Bebo-Konzept

Der menschliche Körper ist voller Wunder. Im Beckenboden Grundkurs lernen Frauen ihre weibliche Mitte, den Beckenboden und alles, was damit zusammenhängt, kennen.

Wahrnehmung des Beckenbodens, Integration in den Alltag, Entspannung, Pflege sowie Training der Beckenbodenmuskulatur sind Elemente des Kurses. Ein gekräftigter, elastischer Beckenboden hat Auswirkungen auf unsere Befindlichkeit, unsere äußere und innere Haltung, auf Sexualität sowie Blasen – und Darmfunktion. „in kontakt“ bietet Beckenbodentraining für kleine Gruppen (max. 6 Personen) nach dem Bebo-Konzept an:

05 09.03.2023 – 04.05.2023 in Weinsberg

Termine: 09.03., 16.03., 23.03., 30.03., 20.04., 27.04 und 04.05.2023

Zeit: Donnerstag abends von 18.00 bis 19.30 Uhr

Ort: Beratungsstelle „in kontakt“; Weinsberg, Kernerstr. 9

Kursleiterin: Barbara Kirschmann, Krankenschwester und lizenzierte Beckenboden Kursleiterin Bebo® Deutschland

Kosten: 96 €, inklusive Arbeitsbuch „Entdeckungsreise zur weiblichen Mitte“

4-6 Teilnehmerinnen

Anmeldung + Bezahlung:
Wenn nicht anders angegeben spätestens
1 Woche vor Veranstaltungsbeginn.

06 13.05.2023 auf dem Neckarsteig von Neckargerach nach Mosbach

Frauen-Pilger-Tag – „Ich bin dann mal weg!“

10 year ago our first tour - Jubiläumstour

Wir pilgern auf der siebten Etappe des Neckarsteiges von Neckargerach nach Mosbach. Zu Beginn unserer Tour hält der Neckarsteig ein



abenteuerliches Kleinod bereit: die wildromantische Margareten-schlucht. Wir wandern auf Metalltreppen und -stegen durch die Schlucht bergauf. Am oberen Ende gelangen wir auf eine Hochfläche, die geprägt ist von Wiesen- und Wacholderheide. Feldwege und Waldpfade wechseln sich nun ab und wir genießen schöne Aussichten auf den Neckar. Gemeinsam wandern wir auf dieser abwechslungsreichen Tour und erleben die Vielfalt der Kulturlandschaft durch Wiesen, Äcker, Weinberge und Trockenmauern.

Beim Pilgern lassen wir uns von unterschiedlichen Impulsen inspirieren. Wir gehen eine Wegstrecke schweigend und haben Zeit zum Nachdenken und Reflektieren. Wir haben auch genügend Zeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, zu lachen und zu verspern. „Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen.“

Die Tour beträgt insgesamt 14 Kilometer. Wir haben einen Aufstieg/ Abstieg von ca. 460 Meter. Die teilweise anspruchsvolle Tour erfordert Trittsicherheit und rutschfestes Schuhwerk und für die steile Schlucht sind Wanderstöcke je nach Wetter sehr hilfreich.

Bitte mitbringen Rucksack, Mittagsvesper, Getränke.

Zeit: 9:00 Uhr

Ort: Treffpunkt geben wir noch bekannt. Vermutlich bilden wir Fahrgemeinschaften

Team: Beate Rothfuß, Christel Simpfendörfer, Gudrun Stricker, Eva Funk, Sabine Scheid

Kosten: Frühbuchepreis 22 € bis 30.4.2023, danach 27 €

Die Rückfahrt für die Wanderstrecke mit der S-Bahn ist im Preis enthalten.

Zum Abschluss gehen wir in Mosbach gemeinsam essen. (Nicht im Preis inbegriffen).

Ersatzwandertermin bei Dauerregen ist am 17.06.2023



Danke!

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Firmen, die dieses Programmheft durch ihre Anzeige ermöglicht haben!

Wenn Sie diese Firmen bei Ihrem nächsten Einkauf oder Auftrag berücksichtigen, freuen auch wir uns. Vielen Dank!



BB BUCHHANDLUNG BACK

Inhaber Kristoffer Mauch

Mama, was ist das Patriarchat?

buchhandlung-back.de

Weinsberg
Traubenplatz 6
Tel: 07134 15 28 2

Willsbach
Löwensteiner Str. 2/1
Tel: 07134 91 06 25

07 24.03.2023 und 31.03.2023 in Weinsberg

Kommunikation der Schlüssel zur Partnerschaft



Glückliche Paare haben ein Geheimnis: Sie können „gut“ miteinander reden.

Oft fällt gerade das im Alltag schwer. Eine der größten Herausforderungen für Paare ist die Art und Weise, wie sie miteinander kommunizieren.

Das Thema am ersten Abend ist Kommunikation:

Verschiedene Elemente und Kommunikationsstile erarbeiten und neue kennenlernen oder wiederauffrischen.

- Ich Botschaften statt Vorwürfe
- Die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und kommunizieren
- Meine Wünsche als Bitten formulieren statt Forderungen

Der Zweite Abend steht unter dem Motto:

- Neue Möglichkeiten für Patt-Situationen finden
- Win-Win-Lebensstil für unsere Beziehung
- Auf dem Weg zur wachsenden Vertrautheit

An Beispielen wollen wir Lösungsstrategien erarbeiten, die uns helfen im Alltag glücklicher zu kommunizieren.

Zeit: 19-21 Uhr

Ort: Evang. Gemeindehaus in Löwenstein, Reisacherstr.16

Leitung: Christel Simpfendörfer; Individualpsychologische Beraterin & Seelsorgerin ICL, Traumazentrierte Fachberaterin ICTB und Klaus Dürr; Berater und Coach

Kosten: 58 € pro Paar bei Frühbuchung bis 10.03.2023, danach 68 € pro Paar

Eine geniale Idee: Im Internet einkaufen und **in kontakt** unterstützen!

Kaufen Sie auch online ein? Dann können Sie ab sofort mit nur wenigen Klicks dafür sorgen, dass vielleicht auch Ihre Bestellfirma den Verein „in kontakt – Verein für christliche Lebenshilfe e. V.“ unterstützt, ohne dass Ihr Einkauf teurer wird!

Wie geht das? Ganz einfach: Über www.gooding.de. Gooding.de ist ein offenes Netzwerk für gesellschaftliches Engagement mit dem Ziel, ausschließlich als gemeinnützig anerkannte Vereine durch Umsatzbeteiligungen bei Online-Einkäufen finanziell zu unterstützen.

Inzwischen beteiligen sich schon deutschlandweit über 3500 Vereine und 1600 Firmen an dieser seriösen und für alle Beteiligten guten Idee, darunter viele große Unternehmen.

Einfach auf Gooding.de gehen, Onlineshop wählen und in kontakt als Begünstigten aussuchen. Fertig!



Geschenke kaufen +
unseren Verein
unterstützen

Ich bin dabei
und mache mehr aus meinen Einkäufen.

gooding

08 24.06.2023 in Möglingen

Neu

Kanutour für Paare



Zeit mit deinem Liebingsmenschen!

Als Paar Neues wagen, ein Abenteuer zu zweit auf dem Kocher von Möglingen bis Gochsen.

Kanufahren ist eine fantastische Gelegenheit für eine neue Paarerfahrung. Wir können nur zusammen ans Ziel kommen, wenn wir als Paar im Boot gut kooperieren.

Miteinander Bootfahren ist eine gute Metapher für das Miteinander in unserer Beziehung. Wir haben immer wieder kleinere und größere Herausforderungen. Wenn wir gut kooperieren, kommen wir weiter und gelangen ans Ziel.

Gedankenimpulse und Gesprächsanregungen begleiten unsere Tour. Ein Tag Abenteuer mit deinem Liebingsmenschen im Boot mit neuen Erfahrungen und Spaß im Miteinander und der Natur.

Zeit: 13:30 Uhr ab Möglingen

Ort: Möglingen am Kocher, Bootanlegestelle

Team: Christel Simpfendörfer und Klaus Dürr

Kosten: pro Paar 80 € bei Anmeldung bis 20.05.2023, danach 88 €;

Stornierungskosten: kostenfrei bis 23.05.2023, 50% bis 22.6.2023, 100% bis 24.06.2023

Zahlung fällig mit Anmeldung.

Den Tag lassen wir in der Pizzeria in Gochsen ausklingen (Nicht im Preis inbegriffen).

Max.10 Paare, jedes Paar fährt in einem Zweierkanu

Anmeldung + Bezahlung:

Wenn nicht anders angegeben spätestens
1 Woche vor Veranstaltungsbeginn.

09 26.01.2023 in Weinsberg

Meine Kinder leiden unter der Trennung der Familie – wie kann ihnen helfen?

Kinder leiden unter der Trennung ihrer Familie. Sie haben aber oft niemanden, mit dem sie darüber richtig reden können. Es tut den Kindern sehr gut, sich zu öffnen, sich über ihre Situation und ihre Gefühle klarer zu werden. Auch sich verstanden zu fühlen von Menschen, die nicht in irgendeiner Weise involviert sind, sondern neutral und verschwiegen. In lockerer, ungezwungener und geschützter Atmosphäre versuche ich, Ihren Kindern Orientierung und Hilfe zu geben. Damit sie Themen aufarbeiten können und gestärkt aus ihrer momentanen Familiensituation herausgehen. Egal ob mit der ganzen Familie, mit oder ohne Elternteil. Mindestalter 6 Jahre.

Die Referentin hat selbst eine Trennung mit 3 Kindern erlebt, war längere Zeit Alleinerziehende und gibt seit vielen Jahren Kurse und Beratung für Getrennte/Geschiedene mit Kindern.



Termin: Donnerstag, 26.01.2023; Einzeltermine zwischen 16:00 – 18:00 Uhr

Wenn Sie an diesem Tag nicht können, kann auch ein individueller Termin mit der Referentin (gegen Beratungshonorar) vereinbart werden.

Ort: Beratungsstelle „in kontakt“; Weinsberg, Kernerstr. 9
 Leitung: Beate Rothfuß, Ethnologin/Soziologin, Mentorin für Lieben-Scheitern-Leben-Kurse, Beraterin und Seelsorgerin, Mitarbeiterin Kinderschutzbund Heilbronn
 Kosten pro Familie: 20 €

10 17.02.2023 und 03.03.2023 – Onlineveranstaltung -
 Selbstregulation – Resilienz für Frauen

„Ich mach mir die Welt wie sie mir gefällt!“

Wenn das so einfach wäre! Traumatische Erfahrungen haben Spuren im Gehirn hinterlassen, deshalb kann es schwer sein sich zu regulieren. An den Abenden werden wir Tools der Regulation der Gefühle kennenlernen und einüben. Wir werden Imaginationen und innere Bilder zu den Themen Sicherheit und Geborgenheit ausprobieren. Denn diese neuen Bilder können eine Kraftquelle im Alltag werden.



Zeit: 18:00 Uhr -19:30 Uhr

Leitung: Christel Simpfendörfer-Dürr; Traumazentrierte Fachberaterin ICTB, Individualpsychologische Beratung und Seelsorge ICL und Eva Funk

Kosten: Frühbuche Preis 20 € bis 01.02.2023, danach 25 €

Weblink wird nach der Anmeldung/Bezahlung zugesandt.

11 04.03.2023 – 06.05.2023 in Löwenstein

Lieben-Scheitern-Leben – Ein Kurs zur Aufarbeitung von Trennung und Scheidung

Was mit Liebe beginnt, kann mit Schmerz enden. Das erleben viele Paare. Das Gefühl, in der Beziehung gescheitert zu sein, ist belastend. Eine Scheidung wirkt sich auf unzählige Lebensbereiche aus, doch sie muss nicht das Ende eines glücklichen Lebens sein. Dieser Kurs bietet getrennten und geschiedenen Personen eine Gelegenheit, die Herausforderungen zu besprechen, mit denen sie konfrontiert sind. Durch Impulse und das Gespräch in kleinen Gruppen bekommen die Teilnehmenden konkrete Anregungen für ihre derzeitige Situation. Der Kurs eignet sich für alle, die eine Trennung oder Scheidung erlebt haben – sei es vor kurzem oder vor längerer Zeit. Folgende Aspekte werden behandelt: Folgen einer Trennung oder Scheidung bewältigen / Gut kommunizieren und Grenzen setzen / Konflikte effektiv lösen / Vergebung und Versöhnung / Beziehungen pflegen zu Kindern und Freunden / Ein neues Leben aufbauen. Die drei Samstage bilden eine Einheit. Geleitet wird der Kurs hauptsächlich von Personen, die selber eine Scheidung bewältigen mussten. Kurz vor Kursbeginn erhalten Sie noch einen Informationsbrief per Email. Dieser Kurs ist eine Kooperation mit der Evangelischen Tagungsstätte Löwenstein. Melden Sie sich bitte direkt über die Homepage www.e-tl.de an.



Zeit: Samstag, 04.03.2023, 01.04.2023, 06.05.2023 – jeweils von 9:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Ort: Evang. Tagungsstätte Löwenstein, Altenhau 57, 74245 Löwenstein



Evangelische Tagungsstätte Löwenstein

Leitung: Ulrich Kirschmann, Dipl.-Sozialpäd., Systemischer Therapeut (SG); Beate Rothfuß, Soziologin, Individualpsychologische Beraterin und Seelsorgerin (ICL) und das LSL-Team.

Kosten: ca. 198 € incl. Verpflegung, Seminargebühr und Seminarunterlagen. Den genauen Preis erfahren Sie bei der ETL.

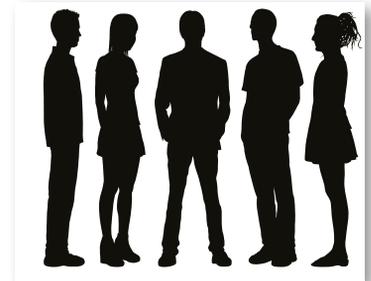
Anmeldung unter www.e-tl.de

Teilnehmerzahl: 8 - 12

12 21.04.2022 in Obersulm-Affaltrach

Ich stelle mich – Seminarabend Familienstellen

Familie ist der Ort, an dem wir unsere ersten Beziehungs-Erfahrungen machen. Dort werden Grundlagen für unser Denken, Fühlen und Handeln gelegt, dort erfahren wir alle Formen der Bindung und Beziehung. Doch immer wieder verketteten sich Menschen über Generationen hinweg zu Beziehungsknoten, die ein offenes Miteinander verhindern. Die Aufstellung hilft hier beim Verstehen dieser verstrickten Beziehungen, beim Lösen und Neuorientieren.



Gearbeitet wird mit den Teilnehmenden, die stellvertretend für Andere in der Aufstellung einen Platz einnehmen, darin eine Dynamik erleben und ihre Empfindung äußern. So bekommt die aufstellende Person einen Einblick in das, was auf einer unbewussten und unausgesprochenen Ebene wirkt. In einem weiteren Schritt kann dann ein „Lösungsbild“ entwickelt werden, das erste heilsame Schritte ermöglicht. Das Besondere beim Verein „in kontakt“ ist der christlich-seelsorgerlich Aspekt. Möchten Sie sich den Beziehungsdynamiken Ihrer Ursprungsfamilie oder aktuellen Situation stellen oder diese besser verstehen? Die Aufstellungsarbeit kann Ihnen dazu helfen! Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie eine eigene Aufstellung machen wollen oder sich als StellvertreterIn anmelden. Zwei Aufstellungen sind möglich.

Zeit: 19:00 – 21:30 Uhr

Ort: „Sapperlot“ im Evang. Jugendwerk Bezirk Weinsberg, Dorfbergstr. 24, 74182 Obersulm-Affaltrach

Leitung: Ulrich Kirschmann, Dipl.-Sozialpädagoge

(FH), Systemischer Therapeut (SG), Aufstellungsleiter für Familienstellen und Team

Kosten: 75,- Euro mit eigener Aufstellung,

25,- Euro ohne eigene Aufstellung

Mind. 5 Teilnehmer





**Beratung
ist einfach.**



www.ksk-hn.de

**Wenn man einen Finanzpartner hat,
der die Region und ihre Menschen kennt.
Sprechen Sie mit uns.**



Wenn's um Geld geht



JEDERMANN

13 28.04.2023 in Obersulm-Sülzbach
Durch das Baltikum mit dem Wohnmobil



In diesem lockeren Vortrag mit vielen Bildern möchten wir Sie einladen, nochmals mit uns auf die Reise zu gehen: Im Wohnmobil haben wir zu zweit in 6 Wochen Litauen, Lettland und Estland erkundet. Wir sahen dabei sehr viel Landschaft, Meer und Seen, aber auch die beeindruckenden Großstädte und die landestypischen Dörfer mit ihren Holzhäusern. Über persönliche Gespräche erfuhren wir viel über die momentane Situation und den Mut der Menschen. Für die TeilnehmerInnen besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen und in einem geselligen Austausch miteinander einen schönen Abend zu verbringen.

Zeit: 28.04.2023, Beginn 19:00 Uhr

Ort: Kilianshaus/Gemeindehaus in Obersulm-Sülzbach

Team: Beate Rothfuß, Dieter Dobrowsky

Kosten: auf Spendenbasis

Die folgenden Kurse werden von unserer Mitarbeiterin, Frau Simpfendörfer-Dürr, veranstaltet; gerne empfehlen wir Ihnen diese weiter:

lebe leichter

Lebe-Leichter-Kurs „Genial normal zum Wunschgewicht“

Das 12 Wochenprogramm

Haben Sie es satt, Kalorien zu zählen, auf erlaubtes und verbotenes Essen fixiert zu sein und von einer zur anderen Trenddiät zu wechseln?

Nicht das Essen muss sich ändern. Ich muss mich ändern.

Mit dem Lebe-leichter-Programm verändern Sie Ihr Essverhalten. Genießen Sie jeden Tag drei Mahlzeiten nach Ihrem Geschmack-einen ganzen Teller voll. Entdecken Sie die natürlichen Signale von Hunger und Sättigung wieder. Gönnen Sie Ihrem Magen zwischen den Mahlzeiten eine Pause.

Leichter, unbeschwerter und einfacher leben - Lebe-leichter ist ein Programm, das Ihnen hilft, Ihr Gewicht in Griff zu bekommen und Sie herausfordert das Beste aus Ihrem Leben zu machen.

Nähere Infos unter: www.lebe-leichter.com

14 16.01.2023 – 03.04.2023

Zeit: montags, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr -Online-Kurs-

15 24.04.2023 – 24.07.2023 in Weinsberg

Zeit: montags, 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr

16 25.04.2023– 25.07.2023 in Weinsberg

Zeit: dienstags, 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr



lebe leichter

Lebe leichter - Bleibe leichter in einem bewegten Alltag

Bei „Bleibe leichter“ handelt es sich um einen 12 Wochen Kurs und richtet sich an Teilnehmer, die mindestens einen Lebe-leichter Kurs besucht haben. Im „Bleibe leichter“ Kurs biete ich Unterstützung bei Ihrer Abnahme oder beim Halten des Gewichts mit neuen vertiefenden Themen an.

Welche Fähigkeiten benötigt man denn, damit die abgenommenen Pfunde auch unten bleiben? Neben Auffrischung und Vertiefung des Lebe leichter-6x1 gibt es weitere Akzente für ein bewusst ganzheitliches Leben. Wir erarbeiten Lebensthemen wie Rhythmus, Oasen finden, Baustellen erkennen und beseitigen, persönliche Lebenseinstellungen.

„Bleibe leichter“ ist kein reiner Fortsetzungskurs, sondern ein Auseinandersetzen mit Lebensthemen die unter die Haut gehen können.

Nähere Infos unter: www.lebe-leichter.com

17 24.04.2023 – 24.07.2023 in Weinsberg

Zeit: montags, 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr

Veranstalterin:

Christel Simpfendörfer-Dürr, Lebe-Leichter Coach

Ort: Beratungsstelle „in kontakt“; Weinsberg, Kernerstr. 9



Der erste Termin ist zur Information (kostenfrei)

Die Kursgebühr in Höhe von 138 € zzgl. 19,99 € für Buch und Planer ist auf das Konto der Veranstalterin

Christel Simpfendörfer-Dürr, zu überweisen:

VOBA Möckmühl-Neuenstadt IBAN: DE36 6209 1600 0001 0350 10

Veranstaltungs Nr. _____

Kurs _____

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ / Ort (Teilort) _____

Telefon _____

E-Mail* _____

Alter der Kinder** _____

* freiwillige Angaben ** nur bei „STEP-Kursen“

Veranstaltungsgebühr bitte spätestens 1 Woche vor Veranstaltungsbeginn unter Angabe von Veranstaltungsnummer / Name überweisen.

Weitere Bemerkungen

Aufmerksam geworden durch: _____

ich möchte den Newsletter von in kontakt abonnieren

Ich habe die AGB's gelesen und bin damit einverstanden.

Ort, Datum _____

Unterschrift _____

Unsere Bankverbindung:

Volksbank Sulmtal eG

IBAN: DE22 6206 1991 0045 7870 00 BIC: GENODES1VOS

Ihre Anmeldung ist per Post, E-Mail oder online unter www.in-kon-takt.de möglich

Anmeldung + Bezahlung:
Wenn nicht anders angegeben spätestens
1 Woche vor Veranstaltungsbeginn.

Anmeldung

Die Anmeldung für Veranstaltungen muss schriftlich per Post, Online über die Anmeldemaske der Website (www.in-kon-takt/Angebote.html) oder durch E-Mail erfolgen.

Die in der Online-Anmeldemaske bzw. im Anmeldeformular des Programmheftes genannten Daten sind hierbei zwingend auszufüllen. Anmeldungen über die Website werden sofort durch Mailbenachrichtigung bestätigt. Anmeldungen, die über andere Wege in der Beratungsstelle eingehen, werden i. d. R. innerhalb von 8 Tagen beantwortet.

Bezahlung

Die Überweisung/Bezahlung der Gebühren muss bis 1 Woche vor Veranstaltungsbeginn erfolgt sein. Bitte überweisen Sie die Kosten unter Angabe Ihres Namens und der Veranstaltung auf das Konto IBAN: DE22 6206 1991 0045 7870 00 BIC: GENODES1VOS.

Sollte Ihnen eine Veranstaltungsteilnahme oder eine Beratung aus finanziellen Gründen nicht möglich sein, sprechen Sie uns bitte an. Wir versuchen dann eine Lösung zu finden, die für beide Seiten befriedigend ist.

Abmeldung

Bei Abmeldung bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn behalten wir uns vor, eine Bearbeitungsgebühr von 10%, mindestens jedoch 10 € zu berechnen.

Bei späteren Absagen oder Nichterscheinen behalten wir uns eine höhere Bearbeitungsgebühr von bis zu 100% der Veranstaltungskosten vor. Sollten Sie eine Ersatzperson benennen oder kann ihr Platz anderweitig belegt werden, wird nur die Bearbeitungsgebühr von 10 € (bzw. 10%) fällig.

Absagen

Sollten wir eine Veranstaltung absagen müssen, werden die bereits überwiesenen Gebühren voll zurückerstattet. Über eine Absage werden Sie von uns unverzüglich per E-Mail oder Telefon informiert.

Datenschutz

„in kontakt“ verpflichtet sich dem Datenschutz im Sinne der EU-DSGVO. Die Datenschutzerklärung finden Sie unter www.in-kon-takt.de.

Haftung

Für Unfälle während den Veranstaltungen von „in kontakt“ oder auf dem Weg von und zu den Veranstaltungen sowie bei Verlust oder Beschädigung von Gegenständen übernehmen wir keine Haftung.

Weinsberg, Dezember 2021