



Es gibt wieder Präsenzveranstaltungen im Haus der Familie. Geschäftsführerin Beate Bindereif-Mergel (v.l.), Birgit Egner-Hoffmann, Lisa Schaber und Enrica Köhler präsentieren das neue Programm.

Fotos: Renate Dilchert

Damit der Start ins Leben gelingt

HAUS DER FAMILIE *Neue Kurse, Beratung und Informationen für Familien in Präsenz und live-online*

Von unserer Redakteurin
Renate Dilchert

Wie wird eine Windel gewechselt? Was, wenn das Baby die Brust nicht annimmt oder ständig schreit? Wo finden junge Väter Gleichgesinnte? Wie gelingt Erziehung? Und wie können Alleinerziehende ihre Lebenssituation erfolgreich gestalten? Für solche und andere Fragen rund um Kinder und Familie gibt es im Stadt- und Landkreis Heilbronn das Haus der Familie. Die Einschränkung des Betriebs in den vergangenen Monaten hat das engagierte Team intensiv genutzt: Die Homepage wurde umgestaltet und das neue Programm bis zum März 2022 zusammengestellt – das fünfte, das Pandemiebedingungen berücksichtigen muss.

Es ist wieder ein kleines Buch geworden. Viele Veranstaltungen werden – in kleineren Gruppen – in Präsenz stattfinden. „Die Teilnehmer können sich wohlfühlen“, sagt Beate Bindereif-Mergel, Geschäftsführerin der Familienbildungsstätte. Es gelten die 3G – geimpft, genesen oder getestet, so lange die Landesverordnung keine strengeren Regeln vorsieht.

In manchen Bereichen könnte das Haus der Familie deutlich mehr Kurse anbieten, so groß ist die Nachfrage. Neue Kursleiter, die geschult und weitergebildet werden, seien deshalb immer willkommen, sagt Bindereif-Mergel. Weiterentwi-



Neues Programm liegt aus

Das Haus der Familie Heilbronn bietet im Durchschnitt **rund 700 Veranstaltungen pro Jahr** an, die vor der Pandemie von rund 10 000 Teilnehmern besucht wurden. Das Programm für Herbst und Frühjahr 2021/22 wurde in einer Auflage von 5000 Exemplaren gedruckt, darüber hinaus gibt es zahlreiche Broschüren und Flyer, die auf besondere Aktionen und Veranstaltungen aufmerksam machen. Das Informationsmaterial liegt an vielen verschiede-

nen Stellen – zum Beispiel bei Kinderärzten, Bürgerämtern, Büchereien und im Einzelhandel – kostenlos aus. Darüber hinaus informiert die neu gestaltete Internetseite www.hdf-hn.de über alle Veranstaltungen sowie aktuelle Änderungen. Hier können sich Interessierte auch direkt für Einzelveranstaltungen und Kurse anmelden. Eine telefonische Beratung zur Kursauswahl gibt es unter der Nummer 07131.2769230. *ate*

ckelt wurden die Live-Online-Formate. „Der Schwerpunkt liegt auf ‚live‘“, betont Bindereif-Mergel, die darin die Chance sieht, „eine gewisse Bindung“ zum Haus der Familie aufzubauen. Es handele sich ja nicht um anonyme Informationen aus dem Internet: „Der Mehrwert ist, dass die Kursleitungen auch Kurse bei uns im Haus geben.“ Insbesondere Teilnehmerinnen aus dem Landkreis, die sonst weite Wege zurücklegen müssten, wüssten das virtuelle Angebot zu schätzen.

Familienstart Ein Schwerpunkt im Programm ist der Bereich Familienstart. Er umfasst alle Angebote vom Säuglingsvorbereitungskurs über Geburtsvorbereitung, Rückbildung bis hin zu Eltern-Kind-Angeboten im ersten Lebensjahr. Dazu gibt es auf der neu gestalteten Homepage einen Podcast, mit dem sich die Kursleitungen vorstellen, erläutert Lisa Schaber, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit und Marketing. „Die Begleitung durch das erste Lebensjahr wird sehr gut nachgefragt, so wie die Beratungsthemen insgesamt durch Corona einen richtigen Schub bekommen haben“, sagt Bindereif-Mergel und rät deshalb zu frühzeitiger Anmeldung.

Zur Vorbereitung auf das Baby wurde ein Hybrid-Kurs entwickelt, erläutert Bereichsleiterin Birgit Egner-Hoffmann. Dabei könnten junge Eltern die Theorie der Babypflege online am Bildschirm lernen und das Wickeln im Haus der Familie un-

ter Anleitung praktisch üben. Ebenfalls neu ist der Kurs „Baby-Bauch-Töne“ für werdende Mütter, einer Mischung aus pränatalem Singen, Tönen, Traumreisen und Atemübungen, die dem Trend zu Achtsamkeit und Selbstfürsorge Rechnung trage. „Das schafft bereits vor der Geburt eine intensive Verbindung zwischen Mutter und Kind“, sagt Egner-Hoffmann. Und auch für die Kinder selbst sind wieder zahlreiche Veranstaltungen geplant. Sie können beispielsweise in den Herbstferien einen Tagesausflug zu einem Alpakahof machen.

Lebenslagen Neben den üblichen Rückbildungskursen sowie einem speziellen Kurs für Mütter mit der Diagnose Bauchmuskelspalte gibt es auch ein Online-Angebot mit Rückbildung, Yoga und Austausch für Sternennamas. „Wir hoffen, dass diese Frauen auch den Weg zu uns finden“, sagt Enrica Köhler, die den Fachbereich „Eltern sein“ leitet.

Dieser umfasst niederschwellige Angebote wie die offene Hebammenberatung und die Schreibabysberatung. „Außerdem haben wir den Fokus auf Familien mit besonderen Lebenslagen gelegt“, erläutert Köhler. So gibt es einen Gesprächskreis zum Thema Hochsensibilität und einen virtuellen Gesprächskreis für Alleinerziehende. Unter dem Motto „Väter willkommen“ gibt es unter anderem einen Kurs „Babymassage mit Vätern“, Vorträge und einen offenen Treff.