

# Starke Eltern - Starke Kinder

## Vorträge 2024/25



### Paar-Beziehung

**Donnerstag, 21.11.2024**  
**19.00 Uhr**

Brigitte Schnepf-Freidl  
Diplomsozialarbeiterin

Lebens- und Sozialberaterin in  
Ausbildung unter Supervision

Wie ist es denn mit der Liebe und Zärtlichkeit in einer Partnerschaft, wenn ein Kind erwartet wird oder ein Paar bereits Eltern von einem oder mehreren Kindern ist?

Ist es so, wie Sie sich als Paar das gewünscht und gedacht haben? Oder ganz anders?

Dieser Abend bietet die Gelegenheit, sich mit den vielen Aspekten von gelungener Partnerschaft, gemeinsamer Beziehungspflege, Frust im Alltag und anderen Themen auseinanderzusetzen.

Ebenso darf geschmunzelt und gelacht werden, weil Humor in Beziehungen auch oft zu kurz kommt. So manches Mal lassen sich Beziehungsthemen und -krisen damit auch mit leichter Meistern.

### Eltern-Power: So entfesseln Sie Ihre innere Stärke

**Donnerstag, 06.02.2025**  
**19.00 Uhr**

Kevin Lagler  
Neuroresilienz-Trainer

Auf den Schultern junger Eltern lastet enormer Druck. Schlafmangel, hohe Anforderungen und Erwartungen, kaum Zeit für sich selbst und der ständige Balanceakt zwischen Beruf und Familie – all das kann uns den Boden unter den Füßen wegziehen. Die Nerven liegen blank, der Haussegen hängt schief, das Leben droht, ins Ungleichgewicht zu schlittern!

Wie Sie Ihren Anker für mehr Gelassenheit und innere Stabilität finden, das zeigt der Neuroresilienz-Trainer Kevin Lagler. In seinem Abendworkshop geht er gemeinsam mit dem Publikum der Frage auf den Grund, wie wir es trotz dieser stürmischen Tage schaffen, das Steuerruder des eigenen Lebens fest in der Hand zu halten und als Kapitän die Herausforderungen zu meistern.

### „Liebender Ehemann oder cooler Vater- oder beides, aber wie?!“

**Donnerstag, 08.05.2025**  
**19.00 Uhr**

Brigitte Schnepf-Freidl

Der Alltag ist für Familien heutzutage meist mehr als ausgefüllt. Zwischen beruflichen Anstrengungen, Eigenheim schaffen, Kinder versorgen, Freizeitprogramm und anderen familiären Herausforderungen scheint der Druck oft immer höher zu werden, als (Ehe) Mann, Partner und Vater wahrgenommen zu werden.

Es nimmt das Gefühl von Frust und Unzufriedenheit mehr und mehr zu. Anspannungen in der Partnerschaft und mit den Kindern stehen am Tagesprogramm. Für Freunde und Hobbys bleibt sowie so keine Zeit.

Gibt es überhaupt einen Ausweg aus dieser „Tretmühle“?

An diesem Abend können Sie ein wenig von all dem Druck getrost über Bord werfen und im besten Fall ein größeres Stück Gelassenheit mit nach Hause nehmen.