

Presseverteiler

26.01.2026

Pressemitteilung Stadt Detmold

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Gelassen durch den Familienalltag: Neue Kurse und Workshops in der Familienbildungsreihe 2026

Praxisnahe Angebote für Eltern – vom Babyalter bis zur Pubertät, kostenfrei oder mit geringem Teilnehmerbeitrag.

Detmold. Die Familienbildungsreihe „Entspannter durch den Familienalltag“ startet mit einem vielfältigen Kursprogramm, das Erziehende dabei unterstützt, den oft turbulenten Alltag mit Kindern gelassener und bewusster zu gestalten. Die Angebote richten sich an Eltern mit Kindern in allen Lebensphasen – vom Babyalter bis zur Pubertät – und setzen auf praktische Themen sowie den Austausch unter Eltern.

Vielfältige Kurse für jeden Bedarf

Das Programm bietet eine breite Palette an Kursen und Workshops:

- „Gemeinsam in Bewegung – Fit mit Baby“: Bewegung und Spaß für Eltern und ihre Kleinsten.
- „ElternStart NRW“: Tipps und Austausch zu Entwicklung, Schlaf, Ernährung und dem neuen Alltag als Eltern.
- „Kindernotfallkurse“: Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Babys und Kleinkindern üben und Sicherheit im Alltag gewinnen.
- „Vater-Kind-Treff“: Gemeinsame Zeit erleben, spielen, kreativ sein und den Zusammenhalt stärken.

Ansprechperson bei Rückfragen:
Louisa Rabeneick
Telefon: 05231 977-8485
Telefax: 05231 977-8401
l.rabeneick@detmold.de

- „Pubertät verstehen – Sicherheit schenken“: Workshop für Eltern von Jugendlichen ab 10 Jahren.
- „ADHS verstehen – Kinder in der Schule unterstützen“: Workshop für Eltern, die ihr Kind mit ADHS im Schulalltag stärken möchten.
- „Mit Gelassenheit erziehen“: Ein dreiteiliger Workshop für mehr Leichtigkeit, Klarheit und Freude im Familienalltag.
- „F.I.T Frühstück für Familien“: Ideen und praktische Tipps für eine ausgewogene Ernährung von Anfang an.
- Verschiedene Angebote der Sonntags-Kinderuni: Wissenswertes und Spannendes für neugierige Kinder.

Die Kurse und Workshops werden von erfahrenen Fachkräften aus den Bereichen Pädagogik, Psychologie, Ernährung und Erste Hilfe geleitet. Ziel ist es, Eltern zu stärken, Wissen zu vermitteln und Raum für Fragen, Austausch und Entlastung zu schaffen.

Kooperation für starke Familien

Die Familienbildungsreihe ist ein gemeinsames Angebot der Stadt Detmold in Kooperation mit der Lippischen Landeskirche, veranstaltet von der Ev. Familienbildung, dem Familien.Info.Treff, der VHS Detmold-Lemgo und der Stadtbibliothek Detmold. Die Angebote sind für Familien kostenfrei oder mit einem geringen Teilnehmerbeitrag verbunden.

Die Anmeldung für die kommenden Kurse, Workshops und Angebote ist ab sofort möglich. Weitere Informationen zu den Kursen und Veranstaltungen sind unter folgendem Link zu finden: <https://fit.detmold.de/angebote-und-veranstaltungen/elternbildungsreihe>.

Bildunterzeile: Eltern haben in der Familienbildungsreihe „Entspannter durch den Familienalltag“ die Möglichkeit sich mit Experten auszutauschen. Foto: Stadt Detmold