

## So erreichen Sie uns

### Busverbindungen

Linie 10: Haltestelle „Gabelsbergerstraße“ an der Gaimersheimer Straße

Linie 58: Haltestelle „Hugo-Wolf-Straße“

### Auto

Ins Navigationsgerät Schönbergstraße 1 eingeben. Parkmöglichkeiten sind direkt vor dem Haus.

## Erziehungs- und Familienberatung

### Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien

Gabelsbergerstraße 46  
85057 Ingolstadt

Telefon: 08 41 / 99 35 440

Telefax: 08 41 / 99 35 44 29

E-Mail: [erziehungsberatung@caritas-ingolstadt.de](mailto:erziehungsberatung@caritas-ingolstadt.de)

Internet: [www.eb-ingolstadt.de](http://www.eb-ingolstadt.de)

[www.erziehungsberatung-ingolstadt.org](http://www.erziehungsberatung-ingolstadt.org)

05/2021

Wir sind zuständig für die Stadt Ingolstadt und den Landkreis Eichstätt.

### Träger der Beratungsstelle

Caritasverband für die Diözese Eichstätt e.V. und Diakonisches Werk des Evangelisch-Lutherischen Dekanatsbezirks Ingolstadt e.V.

## » ... nicht von schlechten Eltern! «

Feriengruppe für Kinder psychisch kranker oder suchtkranker Eltern



Erziehungs- und Familienberatung  
Ingolstadt



## Feriengruppe

### Wenn Eltern psychisch krank sind

Unser kostenfreies Gruppenangebot hilft Kindern, besser mit der psychischen Erkrankung ihrer Eltern zurechtzukommen.

Durch das ganzheitliche Konzept werden die Kinder in der Gruppe gestärkt, um mit der herausfordernden Situation besser umgehen zu können. Unser Angebot richtet sich an Kinder, die viele Fragen haben, auf die sie alleine keine Antworten finden.



**Alter:** ab 7 bis 12 Jahre  
aus Ingolstadt und dem Landkreis Eichstätt

**Datum:** Herbstferien

**Zeit:** Montag bis Freitag  
8.00 Uhr - 15.30 Uhr

**Verpflegung:** Mittagessen, Obst, Getränke

**Teilnehmerzahl:** 5 bis 10 Kinder

**Ort:** Erziehungs- und Familienberatung  
Ingolstadt

Familien fällt es oft nicht leicht, in diesen Situationen Hilfe von außen zu holen. Versuchen Sie es trotzdem – wir garantieren Ihnen Vertraulichkeit und Verschwiegenheit.



## Die Situation verstehen

- Gruppentherapeutische Einheiten ergänzt durch gemeinsame Essens- und Freizeitaktivitäten
- Informationen über die psychische Erkrankung des Elternteils / der Eltern
- Fragestunde mit einem Facharzt
- Erste Hilfe für schwere Zeiten

*Die Eltern und sich selbst besser verstehen*



## Blickwinkel verändern

- Die eigene Gefühle verstehen
- Die eigene Bedürfnisse erspüren
- Die eigenen Stärken erkennen

*Was ist besonders schön in unserer Familie?*



## Gemeinschaft erleben

- lachen – spielen – basteln
- Fußball – Tanzen – Yoga
- entspannen – rennen – toben

*Was erleben andere Kinder in ähnlicher Situation?*