



Caritasverband  
Trier

Gesundheits  
Werkstatt



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



# Lotsenstelle und Gesundheitswerkstatt Trier

---

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN MIT PSYCHISCH- ODER  
SUCHTERKRANKTEM ELTERNTEIL

# Lotsenstelle für Familien mit psychisch- oder suchterkranktem Elternteil

---

- Angesiedelt bei der Ehe-, Familien- und Lebensberatung des Caritasverbandes Trier e.V.
- 0,5 VZÄ
- Qualifikation: Sozialpädagogin B.A.
- Finanziert über Kinderschutzmittel RLP
- Projektlaufzeit: 06.2021 – 06.2025

## **Arbeitsweise**

- aufsuchend
- an den Ressourcen des Netzwerkes orientiert
- koordinierend
- Lücken erkennen und schließen
- Übergänge zwischen Systemen schaffend

# Lotsenstelle für Familien mit psychisch- oder suchterkranktem Elternteil

---

## Aufgaben

- Kontaktstelle für Familien mit psychisch- oder suchterkranktem Elternteil
- Vernetzung von Angeboten und Anlaufstellen für die Zielgruppe
- Kooperationspartnerin für Schulen und Schulsozialarbeit, Kindertagesstätten, Träger der Jugendhilfe und der freien Wohlfahrtspflege
- Koordinierung von Angeboten des Projektes „Die Gesundheitswerkstatt“ – Gesundheitsförderung für Familien mit psychisch- oder suchterkranktem Elternteil

## Angebote

- Erstberatung für Familien
- Vermittlung und Begleitung in weitere Hilfen
- Informationsvermittlung bei Elternabenden, Elterncafés usw.
- Beratungsangebot für Fachkräfte
- Aufbau und Begleitung niedrigschwelliger Unterstützungsangebote

# „Die Gesundheitswerkstatt“ – Gesundheitsförderung für Familien mit psychisch- oder suchterkranktem Elternteil

---

- Projekt aus dem kommunalen Förderprogramm des GKV Bündnisses, angesiedelt bei der Stabsstelle Gesundheitsförderung des Jugendamts Trier
  - Projektsteuerung: Bettina Mann, Stabsstelle Gesundheitsförderung und Gemeindepsychiatrie Koordinatorin der Stadt Trier
  - Projektdauer 01.07.2021 – 30.06.2025
  - Projektumsetzung: Kooperativ und partizipativ mit verschiedenen Trägern und den Zielgruppen
- 
- **Projektbausteine**
    - Elternkurs „Zusammen wachsen“
    - Eltern- Kindergruppenangebot „ZwergRiesen“
    - Kliniksprechstunde „Lotsenstelle mobil“

# Zusammen wachsen

Programm vom 17.09.2023 - 14.12.2023

Werden Sie Eltern  
oder sind Sie  
vor kurzem  
Mutter oder Vater  
geworden?



## VERANSTALTUNGEN

<b>Elterngeld, Elternzeit &amp; Co. – wie gestalten/aufteilen?</b>	07.09.23
<b>Vorgeburtliche Diagnostik – was ist das?</b> Warum sollen wir uns bereits jetzt mit der Frage beschäftigen?	14.09.23
<b>Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft</b>	21.09.23
<b>Babyerstaussstattung – was brauchen wir wirklich?</b>	28.09.23
<b>Bindung im Alltag – Was ist Bindung?</b> Was könnte die Bindung möglicherweise gefährden? Bindung in der Schwangerschaft	05.10.23
<b>Feinzeichen beim Baby erkennen</b> Schwierige Situationen – weinen und Stress	12.10.23
<b>Geburt – wie stellen wir sie uns vor? Was lässt sich planen, was nicht?</b>	19.10.23
<b>Schwanger – wo bekomme ich gebündelte Information?</b> Beratungsstellen und ihre Möglichkeiten	26.10.23
<b>Stillen / Fläschchen – Was passt für unsere Familie?</b>	02.11.23
<b>Die erste Zeit zu Hause / das Wochenbett planen</b>	09.11.23
<b>Baby und Neugeborenen Erste Hilfe</b>	<b>11.11.23</b> Sa 13:30-16:30
<b>Marte Meo – Entwicklungsunterstützung von Anfang an</b>	16.11.23
<b>Schlafen lernen / Tipps und Tricks – Umgang mit Problemen</b>	23.11.23
<b>Kommunikation</b>	30.11.23
<b>Selbstfürsorge – Gut für sich sorgen in schwierigen Zeiten</b>	07.12.23
<b>Kinderbetreuung – welche Möglichkeiten gibt es?</b>	14.12.23



### „Zusammen wachsen“

findet immer donnerstags von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr in der pro familia Beratungsstelle in der Balduinsstr. 6 statt (außer 11.11.23, samstags von 13:30 bis 16:30 Uhr).

Die Veranstaltungen werden von Hebammen, Psycholog\*innen, Pädagog\*innen und Gesundheitsfachkräften begleitet.

Sie können einzelne Termine oder die gesamte Veranstaltungsreihe besuchen – ganz wie Sie möchten. Inhalte, Updates und Format über die Familienbildungsapp. Teile der Veranstaltungsreihe finden hybrid/online statt.



Die Teilnahme ist bis auf die Veranstaltung „Baby und Neugeborenen Erste Hilfe“ kostenfrei.

Verbindliche Anmeldungen bitte unter [trier@profamilia.de](mailto:trier@profamilia.de)

# Zwerg Riesen



Ein Gruppen-  
angebot  
für psychisch  
belastete  
Familien



**Geht es Ihnen aufgrund einer psychischen Belastung oder Suchterkrankung nicht gut, ist dies eine Herausforderung für alle Familienmitglieder.**

Mit dem Gruppenangebot **ZwergRiesen** möchten wir Ihnen und Ihrem Kind/Ihren Kindern die Möglichkeit geben, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Sie erhalten in der Gruppe Informationen, wie Sie auch mit Ihrer Belastung ein gutes Familienleben für sich und Ihre Kinder gestalten können.

Sie und Ihre Kinder können in der Gruppe die Erfahrung machen, dass es viele Familien gibt, in denen Eltern psychisch erkranken und dies nicht heißt, dass für die Kinder in den Familien schlecht gesorgt ist.

**Kinder- und Jugendlichengruppe:**

Für die Kinder und Jugendlichen wird in einer eigenen Gruppe Raum geboten, über ihre familiäre Situation zu sprechen, anderen jungen Menschen in ähnlicher Lebenslage zu begegnen und sich durch Spiele und andere Aktivitäten zu entfalten.

**Elterngruppe:**

Für die Eltern wird ein Rahmen gestaltet, in dem Sie sich über die psychische Erkrankung und deren Auswirkungen auf das Familiensystem austauschen können, Ressourcen entdecken können und Möglichkeiten zur Unterstützung der Kinder kennenlernen.

**Beide Gruppen treffen sich**

jeden dritten Mittwoch im Monat in den Räumen des Kinderschutzbundes „Meine Burg“ in der Thebäerstraße 46 in Trier. Ab 16:15 Uhr ist Ankommenszeit im Foyer des Hauses, hierbei werden Sie von den Fachkräften begrüßt und ein erstes Kennenlernen ist möglich. Die beiden Gruppen starten dann um 16:30 Uhr in ihren jeweiligen Räumen. Sie können mit und ohne Ihre Kinder am ZwergRiesen Angebot teilnehmen.

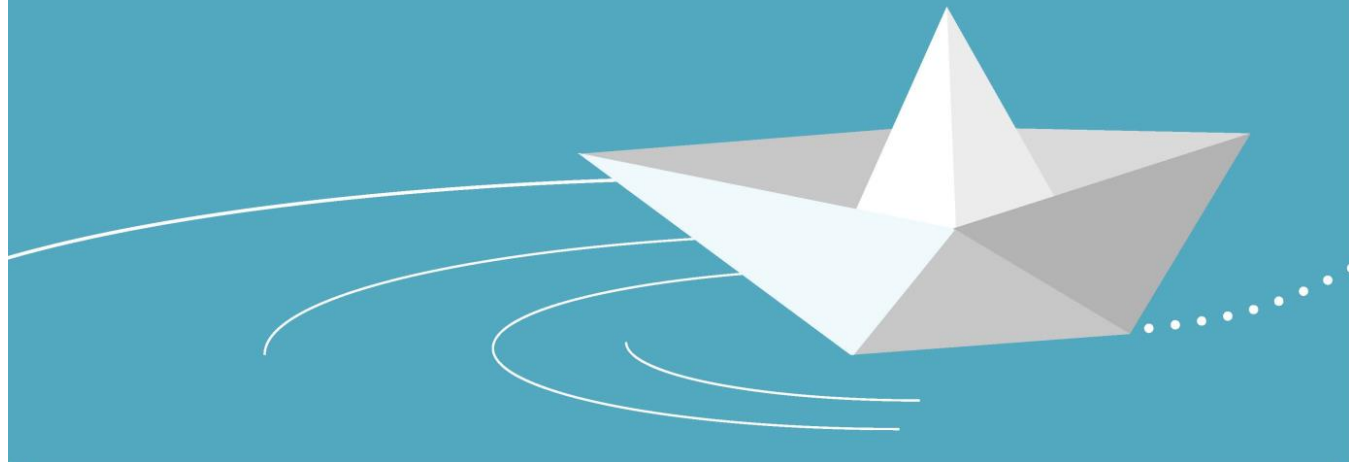
**Ohne Teilnahmekosten. Ohne Anmeldung. Einfach kommen und dabei sein.**

**Ein Gruppenangebot für psychisch belastete Familien**





# Lotsenstelle mobil



**Beratungs-  
angebot für Eltern  
im Klinikum  
Mutterhaus der  
Borromäerinnen**



## Lotsenstelle mobil

**Wann:** Jeden Donnerstag,  
9:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Wo:** Klinikum Mutterhaus  
der Borromäerinnen,  
Foyer, Pflegeberatungsbüro  
(gegenüber der Info).  
Wenn Sie einen Termin möchten:  
Sprechen Sie die Pflegekräfte  
oder das ärztliche Personal im  
Mutterhaus an, dann wird ein  
Termin für Sie vereinbart.

**Kontakt:**  
lotsenstelle@caritas-region-trier.de  
Telefon 0151 5409 5345  
Haus der Beratung,  
Petrusstr. 28, 54292 Trier



### Klipp und klar – Infos in einfacher Sprache

Sie sind krank.

Sie sind im Moment im Krankenhaus.

Sie haben Kinder zu Hause.

Sie kümmern sich um die Kinder.

Das klappt nicht immer so,  
wie Sie es möchten.

Ihre Familie braucht Hilfe.

Die Lotsenstelle kann Sie beraten.

Sie bekommen dort Informationen.

Sie erfahren, wo und wie Sie Hilfe  
bekommen können.

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



# Weitere Angebote der Gesundheitswerkstatt

## Gruppenangebote

---

- Seit Juni 2023 wird einmal monatlich die **Elterngruppe „ElternSein“** angeboten. Sie richtet sich an psychisch-/ suchterkrankte werdende Eltern und Eltern mit Säugling.
- Ab September 2023 soll das Angebot um ein **Baby- und Krabbelcafe** ergänzt werden, ebenfalls mit der Zielgruppe psychisch-/ suchterkrankte Eltern mit Baby und Kleinkind.
- Als Pendant zu den „ZwergRiesen“ gibt es eine **Elterngruppe für Geflüchtete**, in Kooperation mit dem Psychosozialen Zentrum für Geflüchtete, Trier. Ein Durchlauf umfasst 8 Termine und wird im Wechsel in unterschiedlichen Sprachen mit SprachmittlerIn angeboten.

## Sensibilisierung und Qualifizierung von Fachkräften und MultiplikatorInnen

---

- Das universalpräventive **Grundschulprogramm „Psychisch fit in der Grundschule - Unsere verrückten Familien“** von Irrsinnig Menschlich e. V., wird ab Herbst 2023 in Trier umgesetzt werden. Fachkräfteschulung im September 2023. Das Programm richtet sich an SchülerInnen und LehrerInnen.
- Schulung **„Kind s/Sucht Familie“** in Kooperation mit der Suchtberatung Trier „Die Tür“ für Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe, Kitas und Schulen.
- Vorträge und Informationsvermittlung zu KpskE sowie den lokalen Versorgungs- und Unterstützungsmöglichkeiten.

## Arbeit in lokal-kommunalen Netzwerken

---

- Mitarbeit im AK KpsKE mit drei bis vier Treffen im Jahr
  - Unter AG „Wanderausstellung“ mit dem Ziel öffentlichkeitswirksam für die Thematik zu sensibilisieren und regionale Hilfsangebote aufzuzeigen
- Mitarbeit im regionalen Arbeitskreis Suchtprävention Trier und Trier-Saarburg mit fünf bis sechs Treffen im Jahr
  - Mitorganisation der „Wochen der Suchtprävention“ der Region Trier und Durchführung von zwei Angeboten

# Herausforderungen und Chancen

---

- Die Zielgruppe der psychisch- oder suchtblasteten Eltern ist nur schwer zu erreichen und aufgrund immer noch vorhandener Stigmatisierungen sehr zurückhaltend bei der Nutzung von Angeboten. Es erfordert einen langen Atem und behutsames Vorgehen, dies ist mit den zur Verfügung stehenden zeitlichen Ressourcen eine Herausforderung.
- Aufgrund des gut ausgebauten Netzwerks, der regelmäßigen Pflege der Kontakte und den Erfolgen die das Projekt „Die Gesundheitswerkstatt“ bereits vorweisen kann ist eine gute Grundlage entstanden, dass Bedarfe die von örtlichen Institutionen oder Akteuren wahrgenommen werden mit der Projektsteuerung und Lotsenstelle kommuniziert werden. Es lassen sich innerhalb des Netzwerks unkompliziert Arbeitsgruppen mit interessierten Fachkräften bilden um neue Angebote zu planen und deren Umsetzung voranzutreiben.
- ***Verstetigung der bestehenden Angebote die gut angenommen werden sowie der Lotsenstelle!?***

# Kontakt Daten

---

## STEPHANIE ZIRBES-GEBER

LOTSENSTELLE

Caritasverband Trier – Ehe-, Familien-  
und Lebensberatung

Petrusstraße 28

54292 Trier

0651/2096-223

**0151 54095345**

[lotsenstelle@caritas-region-trier.de](mailto:lotsenstelle@caritas-region-trier.de)

[Zirbes-geber.stephanie@caritas-region-trier.de](mailto:Zirbes-geber.stephanie@caritas-region-trier.de)

## BETTINA MANN

KOORDINIERUNG GEMEINDEPSYCHIATRIE

Stadt Trier

Jugendamt

Augustinerhof

54290 Trier

0651/718 3547

[bettina.mann@trier.de](mailto:bettina.mann@trier.de)