

# Familienstützpunkt Hersbruck - vorläufiges Programm 2026, Januar bis März

Zuständig für die Gemeinden: **Hersbruck**, Henfenfeld,  
**Reichenschwand**, **Engelthal**, **Offenhausen**,  
**Happburg**, **Pommelsbrunn**, **Alfeld**



montags und donnerstags, wöchentlich

## Offene Beratung

Das Familienleben bereichert uns, aber es fordert uns auch oft heraus. Alltagsorganisation, Kinderbegleitung, Balance zwischen Familie und Beruf und Partnerschaft sind nur einige der Themen, mit denen wir ständig konfrontiert sind. Wenn Sie Fragen haben, Rat oder Unterstützung suchen, sprechen Sie mich gerne an. Die Beratungen sind *kostenfrei* und Unterliegen der *Schweigepflicht*. Sie erreichen mich per E-Mail oder telefonisch, persönliche Gespräche nach Vereinbarung.

Tel: 0176 – 55943725 (mo & do, 10.00-12.00 Uhr)  
E-Mail: [familienstuetzpunkt@caritas-nuernberger-land.de](mailto:familienstuetzpunkt@caritas-nuernberger-land.de)

13. Januar 2026

## Onlineveranstaltung:

### Streit im Kinderzimmer – Konflikte unter Kindern

Wenn sich Kinder streiten, haben wir Eltern manchmal das Gefühl komplett hilflos daneben zu stehen. Warum streiten Kinder überhaupt? Was war der Auslöser? Und wie kann ich richtig reagieren und unterstützen?

Im Austausch wollen wir darauf eingehen und anhand Ihrer Erfahrungen betrachten.

Veranstalter: Kinderschutzbund Nürnberg

Uhrzeit: 20.00 – 21.00 Uhr

Anmeldung unter: [Wir für Familien | Kinderschutzbund](#)

Kostenlos

10. Februar 2026

## Onlineveranstaltung:

### Abenteuer Pubertät

Mit dem Älterwerden der Kinder wird vieles einfacher, vieles muss aber auch neu überdacht und geregelt werden. Die Pubertät ist eine Lebensphase, die Kinder und Eltern gleichermaßen verunsichert. Vielleicht haben Sie manchmal das Gefühl, Sie sitzen in einem Pubertäts-Karussell mit Höhen und Tiefen. Mit Spaß aber manchmal auch mit gemischten Gefühlen, wenn der Wagon wackelt und sich ein Gefühl der Unsicherheit breit macht.

Ist das eigentlich „normal“ so? Warum streiten wir gerade so oft miteinander? Wie können mein Kind und ich in Verbindung bleiben?

Diese und ähnliche Fragen wollen wir uns gemeinsam anschauen und uns über das spannende Thema Pubertät austauschen.

Veranstalter: Kinderschutzbund Nürnberg

Uhrzeit: 20.00 – 21.00 Uhr

Anmeldung unter: [Wir für Familien | Kinderschutzbund](#)

Kostenlos

## 11. Februar 2026

### **Fasching im offenen Elterntreff**

Ich freue mich, Sie persönlich in den Jugendräumen (Keller) des Pfarrbüros Mariä Geburt bei einer Tasse Kaffee und entspannter Atmosphäre kennenzulernen. Wir freuen uns an diesem Tag über große und kleine Kostümierte, bereiten Faschingsspiele und Kinderschminken vor. Kicker, Tischtennis, Spiele und Bücher warten auch darauf, entdeckt zu werden.

Ein Besuch der Bücherei ist ebenfalls möglich.

Bitte um eine kurze Anmeldung per E-Mail oder telefonisch.

Veranstalter: Claudia Ludwig ([cmutters@yahoo.de](mailto:cmutters@yahoo.de)) und  
Familienstützpunkt Hersbruck ([familienstuetzpunkt@caritas-nuernberger-land.de](mailto:familienstuetzpunkt@caritas-nuernberger-land.de))

Uhrzeit: 16.00 – 18.00 Uhr

Kostenlos

Kinder und Jugendliche wachsen heute in einer digitalen Umgebung auf, in der pornografische Inhalte leicht verfügbar sind – oft deutlich früher, als Erwachsene vermuten.

Durch die leichte Verfügbarkeit haben inzwischen 94 % der 14-17-jährigen Jungen und 67 % der Mädchen Pornos im Internet gesehen. Zwei Drittel der Jungen konsumieren täglich oder mehrmals wöchentlich.

Was viele Eltern nicht wissen: Der Konsum von Pornografie, die Gewalt und Entwürdigung von Frauen und Mädchen zeigt, ist mittlerweile bei jugendlichen Konsumenten zum Mainstream geworden und wird zunehmend normalisiert.

Fast die Hälfte der Teenager glaubt, Gewalt beim Sex sei normal und Mädchen würden dies erwarten.

Darum geht das Thema alle an, denn auch wer nicht konsumiert, kann in grenzverletzende Situationen und in Beziehungen unter Druck geraten.

Doch wie kann Elternhaus, Schule und Jugendarbeit präventiv tätig werden?

Und wie können wir gesichtswahrend mit Heranwachsenden ins Gespräch kommen, um sie in ihren Fragen und Ambivalenzen nicht allein zu lassen?

Wie können wir Kinder schützen und Teenager darin unterstützen, die Folgen von Pornokonsum zu durchschauen und einen verantwortlichen und selbstbestimmten Umgang mit Liebe und Sexualität zu finden, der gesunde Grenzen bei sich und anderen wahrnimmt und achtet.

Veranstalter: Elterninitiative SmarterStart ab 14 e.V.

Uhrzeit: 20.00 Uhr

Anmeldung unter: [Webinar-Registrierung - Zoom](#) oder [Smarter Start ab 14](#)

Kostenlos

## 12. Februar 2026

### **Onlineveranstaltung:**

**„Nicht mehr Wegschauen: Frühem  
Pornografiekonsum, Sexting und sexueller Gewalt  
vorbeugen“**

## 03. März 2026

### **Onlineveranstaltung:**

Sehr feine Antennen, ausgeprägte Reaktionen auf Umweltreize und eine besondere Beobachtungsgabe zeichnen hochsensible Kinder oftmals aus.

Durch diese Fähigkeiten entstehen jedoch auch manchmal Schwierigkeiten: Überstimulation, Ängste und Sorgen, starke Emotionsausbrüche oder Schwierigkeiten, mit Veränderungen umzugehen können diese Kinder und ihre Eltern stark herausfordern.

Vom Umfeld kommen dann vielleicht noch zusätzliche Stigmatisierungen dazu – „Sensibelchen“, „Jammerlappen“ oder „Stell dich doch nicht immer so an“.

Eltern fühlen sich hier vielleicht machtlos und wissen nicht, wie sie damit umgehen können und sollen.

Veranstalter: Kinderschutzbund Nürnberg

Uhrzeit: 20.00 – 21.00 Uhr

Anmeldung unter: [Wir für Familien | Kinderschutzbund](#)

Kostenlos

Kicker und Tischtennis, aber auch eine Spieletecke für die Kleineren sind vorhanden.

Veranstalter: Claudia Ludwig ([cmutters@yahoo.de](mailto:cmutters@yahoo.de)) und Familienstützpunkt Hersbruck ([familienstuetzpunkt@caritas-nuernberger-land.de](mailto:familienstuetzpunkt@caritas-nuernberger-land.de))

Uhrzeit: 16.00 – 18.00 Uhr

Kostenlos

## 11. März 2026

### **Offener Elterntreff**

Ich freue mich auf nette Gespräche, persönlichen Austausch und spielende Kinder im Elterntreff. Beschäftigungsmöglichkeiten wie