



## **Termine der Elternselbsthilfe Zollernalbkreis im Jahre 2025 (Stand vom 18.01.2025)**

immer um **20:00 Uhr** in der **Friedrichstraße 67** in **Balingen**, Eingang in der Schloßstraße erstes Zimmer links.  
**Um nicht zu stören, wird um pünktliches Erscheinen gebeten!**

Montag, 20. Januar 2025 – Achtsamkeit  
Montag, 03. Februar 2025 – Suchtberatung Martin Weise  
Montag, 17. Februar 2025 – Selbstfürsorge  
Montag, 03. März 2025 – Stresstoleranz  
Montag, 17. März 2025 – Zufriedenheit ist trainierbar  
Montag, 31. März 2025 – Akzeptanz – es ist wie es ist  
Montag, 14. April 2025 – Das ABC der Gefühle  
Montag, 28. April 2025 – Den Teufelskreis durchbrechen  
Montag, 12. Mai 2025 – Scham & Schuldgefühle ablegen  
**Montag, 17. Mai 2025 – ESH-ZAK Wandertag**  
Sonntag, 26. Mai 2025 – Co-Abhängigkeit  
Montag, 23. Juni 2025 – Das Helfersyndrom  
Montag, 07. Juli 2025 – Emotionale Erpressung  
**Samstag, 19. Juli 2025 – Bogenschießen**  
**Sonntag, 20. Juli 2025 – Andacht Internationaler Gedenktag**  
Montag, 21. Juli 2025 – Internationaler Gedenktag

Montag, 04. August 2025 – Scheitern ist keine Schwäche  
**Samstag, 09. August 2025 – ESH-ZAK Grillfest**  
Montag, 18. August 2025 – Geschwisterkinder  
Montag, 01. September 2025 – Aktives Zuhören  
Montag, 15. September 2025 – Das Eisbergmodell  
Montag, 29. September 2025 – Das innere Team  
Montag, 13. Oktober 2025 – Das Kommunikationsquadrat  
Montag, 27. Oktober 2025 – Gewaltfreie Kommunikation  
Montag, 10. November 2025 – Das Riemann-Thomann-Modell  
Montag, 24. November 2025 – Das Situationsmodell  
Montag, 08. Dezember 2025 – Deeskalation  
**Montag, 15. Dezember 2025 – Jahresabschlussfeier**  
Montag, 22. Dezember 2025 – Erwartungen  
**Gruppenabende in 2026**  
Montag, 05. Januar 2026 – Gewaltfreie Kommunikation  
Montag, 19. Januar 2026 – Kränkungen und ihre Folgen

**ESH-ZAK Thementag: 08.03.2025** ab 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr im Gruppenraum.

- Thema: „Doppeldiagnose – Was Eltern und Angehörige wissen sollten mit Bettina Konstandin.“

**ESH-ZAK Tagesseminar: 15.03.2025** 09:00 Uhr im Gruppenraum (nur für Geschwisterkinder).

- Thema: „Geschwisterkinder – Ich werde nicht gesehen!“ mit Evelyn Hilbeck.

**ESH-ZAK Tagesseminar: 29.03.2025** ab 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr im Gruppenraum.

- Thema: „Angst vor dem eigenen Kind – Wie schaffe ich Veränderung?“ mit Evelyn Hilbeck.

**ESH-ZAK Wochenendseminar: 27.06.2025 bis 29.06.2025** ab 17:00 Uhr.

- Thema: „Authentische Kommunikation in Krisensituationen – Brücken bauen zwischen Suchtkranken und ihren Familien“ mit Tanja Türk.

**ESH-ZAK Resilienz-Seminar: 01.08.2025 bis 03.08.2025** ab 17:00 Uhr im St. Luzen in Hechingen.

- Thema: „Fels in der Brandung statt Hamster im Rad“ mit Jürgen Haupt.

**ESH-ZAK Tagesseminar: 22.11.2025** ab 9.00 Uhr bis 16:00 Uhr im Gruppenraum.

- Thema: „Wenn Schuldgefühle Dich überwältigen – Vergebung für Dich selbst“ mit Giuseppe Palilla.

**BWLVES Frühjahrsseminar: 11.04.2025 – 13.04.2025** ab 17:00 Uhr im Kapuzinerhof in Biberach.

- Thema: „Zurück zum Wir“ mit Evelyn Hilbeck.

**BWLVES Doppeldiagnose-Seminar: 23.05.2025 – 25.05.2025** ab 17:00 Uhr im Mönchs Waldhotel Unterreichenbach.

- Thema: „wird noch rechtzeitig bekannt gegeben“ mit Roland Schilling.

**BWLVES Elternkreisleiter-Seminar: 20.06.2025 – 22.06.2025** ab 17:00 Uhr im St. Bernhard Rastatt.

- Thema: (wird noch rechtzeitig bekannt gegeben).

**BWLVES Herbstseminar: 24.10.2025 – 26.10.2025** ab 17:00 Uhr im Seligweiler bei Ulm.

- Thema: (wird noch rechtzeitig bekannt gegeben).

|                                     |                                |  |
|-------------------------------------|--------------------------------|--|
| <b>BVEK Dialogwochenende:</b>       | <b>02.05.2025 – 04.05.2025</b> | Thema: „Moderation, Gruppenleitung, Online-Präsenz“ T. Delmonte & E. Hilbeck.  |
| <b>BVEK Praxisseminar:</b>          | <b>09.05.2025 – 11.05.2025</b> | Thema: „RST – Das Rationale-Selbsthilfe-Training“ mit Christoph Feist..        |
| <b>BVEK Praxisseminar:</b>          | <b>11.07.2025 – 13.07.2025</b> | Thema: „Soziale (neue) Medien und Öffentlichkeitsarbeit“ mit Peter Holnick.    |
| <b>BVEK Rechtsseminar:</b>          | <b>25.07.2025 – 27.07.2025</b> | Thema: „Strafrecht nach Legalisierung von Cannabis“ mit RA Christian Heidrich. |
| <b>BVEK Doppeldiagnose-Seminar:</b> | <b>15.08.2025 – 17.08.2025</b> | Thema: „Doppeldiagnose – selbstbestimmt statt abhängig“ mit Abi Joseph.        |
| <b>BVEK Herbsttagung:</b>           | <b>12.09.2025 – 14.09.2025</b> | Thema: „Möglichkeiten und Grenzen der Angehörigenarbeit“ mit Gallus Bischof.   |
| <b>BVEK Praxisseminar:</b>          | <b>26.09.2025 – 28.09.2025</b> | Thema: „Selbstdarstellung - Stärke Dein Selbstvertrauen“ mit Tanja Türk.       |
| <b>BVEK Praxisseminar:</b>          | <b>10.10.2025 – 12.10.2025</b> | Thema: „Gewaltfreie Kommunikation“ mit Daniela Moroz.                          |
| <b>BVEK Praxisseminar:</b>          | <b>24.10.2025 – 26.10.2025</b> | Thema: „Neue Drogen – ein Jahr nach der Cannabis-Legalisierung“ Timo Gittel.   |
| <b>BVEK Praxisseminar:</b>          | <b>14.11.2025 – 16.11.2025</b> | Thema: „Perspektiv-Wechsel“ mit Evelyn Hilbeck.                                |

**Notruf (Barbara und Adalbert Gillmann): 07476 / 4490741**

**Alle Termine sind ohne Gewähr und können sich noch ändern oder abgesagt werden!**