

## **Familienrat Ostholstein – Deine Familie. Dein Netzwerk. Deine Lösung**

Das Leben verläuft nicht immer geradlinig. Manchmal hat man Sorgen oder Probleme oder es stehen Veränderungen oder schwierige Entscheidungen an. Nicht immer braucht es dafür professionelle Hilfe von außen. Häufig hilft es, gemeinsam mit vertrauten Menschen Lösungen zu entwickeln. Genau hier setzt der Familienrat Ostholstein (FrOH) an.

Der Familienrat Ostholstein ist ein kreisweites, freiwilliges und kostenfreies Angebot für alle Menschen im Kreis Ostholstein, die sich in einer herausfordernden Lebenssituation befinden und sich Unterstützung bei Entscheidungen oder Lösungsfindungen wünschen.

Im Mittelpunkt steht die Familie mit ihrem eigenen Netzwerk aus Verwandten, Freund:innen und Bekannten. In einem geschützten Rahmen entwickeln alle Beteiligten gemeinsam Ideen und Lösungen für die aktuelle Situation. Ziel ist es, einen konkreten und tragfähigen Plan für die Zukunft zu erarbeiten. Denn Familien kennen sich selbst am besten – und wissen oft am genauesten, was sie brauchen.

Begleitet wird der Familienrat von einer neutralen Bürgerkoordination. Diese Person unterstützt bei der Vorbereitung, sorgt für einen guten Ablauf und steht der Familie während des gesamten Prozesses zur Seite. Die Entscheidungen und Lösungen kommen dabei immer aus der Familie selbst.

### **Wann kann ein Familienrat helfen?**

Ein Familienrat kann zu unterschiedlichen Anlässen einberufen werden, zum Beispiel:

- bei Trennung oder Scheidung der Eltern
- bei Problemen von Kindern oder Jugendlichen (z. B. Schule, Mobbing, Sucht)
- bei Streit oder unterschiedlichen Meinungen in der Familie
- bei Veränderungen in der Familie, etwa durch neue Partner:innen oder Geschwister
- wenn Angehörige gepflegt werden müssen
- bei körperlicher oder psychischer Belastung oder einer Behinderung
- und in vielen weiteren Situationen

Es gibt kein Thema, das nicht im Familienrat besprochen werden kann.

### **Vor Ort für Sie da**

Unser Büro befindet sich in Bad Schwartau. Wir sind jedoch mobil und kommen mit unseren Koordinator:innen auch gerne zu Ihnen nach Hause oder zu einem vereinbarten Treffpunkt. Der Familienrat Ostholstein hilft dabei, eigene Wege zu finden, Verantwortung zu teilen und gemeinsam nach vorne zu schauen.

Sprechen Sie uns an – wir informieren Sie gerne unverbindlich über das Angebot.

### **Lebenshilfe Ostholstein**

Familienrats-Büro  
Lübecker Straße 29  
23611 Bad Schwartau  
Tel: 0451 29 29 328 | mobil: 0175 589 89 57

### **Geschäftsadresse:**

Am Kirchhof 10  
23611 Bad Schwartau  
Telefon: 04 51 / 2 90 01 14  
Telefax: 04 51 / 2 90 01 16

Mail: [familienrat@lebenshilfe-ostholstein.de](mailto:familienrat@lebenshilfe-ostholstein.de)

Instagram: @familienrat\_ostholstein



**Sascha Hensel**

Koordination Familienrat Ostholstein (FrOH)

Erklärungen zum Datenschutz finden Sie hier: [Datenschutz](#)