

eltern
W E R K S T A T T

2018 | 19



Eltern-Kind-Zentrum Salzburg

F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen

Tel.: 0662 8047-7560

ekiz@bildungskirche.at

www.bildungskirche.at

Informationen

Was ist eine ?

Eine ElternWerkstatt ist ein Elternbildungsangebot, das aus einer oder mehreren Einheiten zu jeweils 1,5 bis 2 Stunden besteht. Mehrteilige ElternWerkstätten finden in der Regel im Wochenabstand abends, nachmittags oder vormittags statt. Eine Anmeldung der TeilnehmerInnen ist notwendig, da für die aktive Arbeitsweise der ElternWerkstatt die ideale TeilnehmerInnenzahl zwischen 8 und 15 TeilnehmerInnen liegt und diese nicht überschritten werden sollte.

Was ist das Besondere der ?

In einer ElternWerkstatt steht das aktive Mittun der TeilnehmerInnen im Mittelpunkt. Die ReferentInnen geben Impulse, gehen auf Fragen ein und arbeiten mit teilnehmerInnenorientierten Methoden. In der Auseinandersetzung mit Erziehungsthemen wird das eigene Erziehungsverhalten reflektiert. Die Aufmerksamkeit wird in Richtung Veränderung, Verbesserung und möglicher Lösung gerichtet.

Warum ist eine mehrteilig?

Eltern werden über mehrere Wochen begleitet, es kann aufbauend gearbeitet werden. Eltern können zu Hause etwas ausprobieren, beim nächsten Treffen Erfahrungen dazu austauschen und rückfragen. So profitieren sie am meisten für ihren Erziehungsalltag.

Wie komme ich zu einer ?

Sie, als LeiterIn einer örtlichen Einrichtung des Katholischen Bildungswerkes, Eltern-Kind-Zentrums, Frauentreffs können direkt

mit den ReferentInnen in Kontakt treten, Termine und Themen etc. vereinbaren.

Telefonnummern und eMail-Adressen der ReferentInnen finden Sie im BildungsAnzeiger und im internen Bereich unserer Website: www.bildungskirche.at

Für die organisatorische Begleitung soll es vor Ort eine LeiterIn geben, die für Anmeldungen, Räumlichkeiten, Arbeitsmaterialien etc. zuständig ist und als AnsprechpartnerIn für die TeilnehmerInnen zur Verfügung steht. Sie soll auch den Rückmeldebogen, der nach Abschluss der ElternWerkstatt für das Bundesministerium gemacht werden muss, ausfüllen.

Andere Institutionen, Gruppen, Personen, die sich für eine ElternWerkstatt interessieren, können sich im Eltern-Kind-Zentrum mit Frau Ilona Pichelstorfer in Verbindung setzen.

Wie finanziert sich eine ?

Sie als VeranstalterIn brauchen nur einen Honoraranteil von € 25,- pro Veranstaltungsteil aufbringen, der direkt an die ReferentIn ausbezahlt wird. Das restliche Honorar und die Fahrtkosten übernimmt das Eltern-Kind-Zentrum Salzburg. Dies ist möglich, weil die ElternWerkstatt mit Subventionen des Bundesministeriums für Familien und Jugend unterstützt wird.

Gruppenangebote der ?

Mit unseren regionalen Gruppenangeboten wollen wir Ressourcen, Zeit und Fahrtkosten sparen.

Bitte nehmen Sie mit der ReferentIn für Ihre Region Kontakt auf.

Organisation

Thema aussuchen

Die LeiterIn einer Einrichtung (Katholisches Bildungswerk, Eltern-Kind-Einrichtung, Frauentreff) tritt mit der ReferentIn in Kontakt, legt Termin und Thema fest und vereinbart alle Details: z. B. Raum, Spezifika vor Ort, findet die ElternWerkstatt eventuell innerhalb einer Bildungswoche statt, wird mit mehr TeilnehmerInnen gerechnet, gibt es eine spezielle Zielgruppe, usw.

Raum reservieren.

Die Veranstaltung in unserer Werbeabteilung des Katholischen Bildungswerkes Salzburg, mit Angabe von Datum, Ort, Uhrzeit, TeilnehmerInnenbeitrag, Kontakt für Anmeldung melden und Werbezetteln bestellen (A3, A4, DIN lang) - am schnellsten über den internen Bereich unserer Website ... Auf Grund der Angaben wird die fertig ausgefüllte Honorarnote und der Projektbericht ein bis zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn zugesandt.

Werbeabteilung:

Tel.: 0662 8047-7517

kbw@bildungskirche.at

Cirka eine Woche vor der Veranstaltung noch einmal mit der ReferentIn Kontakt aufnehmen und genauere Details absprechen: ab wann der Raum geöffnet ist, wie viele TeilnehmerInnen kommen und ob noch etwas gebraucht wird.

Sollte die ElternWerkstatt abgesagt werden, bitte die ReferentIn und das Eltern-Kind-Zentrum Salzburg verständigen.

Am Tag der Veranstaltung:

Raum herrichten, ReferentIn empfangen.

TeilnehmerInnenbeitrag kassieren.

TeilnehmerInnen und ReferentIn der ElternWerkstatt begrüßen.

Nach der Veranstaltung:

An die ReferentIn € 25,- pro Veranstaltungsteil bezahlen. Das Abrechnungsfeld ausgefüllt und unterschrieben der ReferentIn mitgeben.

Den Projektbericht in den nächsten Tagen ausfüllen und mit dem Rücksendekouvert an das Eltern-Kind-Zentrum Salzburg senden.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN IST:

Mag.^a (FH) Ilona Pichelstorfer

Pädagogische Mitarbeiterin

Tel. 0662 8047-7566

ilona.pichelstorfer@bildungskirche.at

Für die Förderung danken wir dem

 **Bundeskanzleramt**
Bundesministerin für Frauen,
Familien und Jugend



Carina Imser, MA | Mag. Florian Schmid
PädagogIn, MitarbeiterIn am Österreichischen
Zentrum für Begabungsforschung Salzburg

BEGABUNGEN UND INTERESSEN ZU HAUSE FÖRDERN

für Eltern und Kinder von 4 bis 8 Jahren

Im Elternworkshop erhalten Eltern Anregungen, wie sie das häusliche Umfeld begabungs- und interessenfördernd gestalten können. Themen:

- Begabung
- Stärkenorientierung
- Begabungsfreundliche Kommunikation

In den Eltern-Kind-Workshops werden spielerisch verschiedene Möglichkeiten der breiten Förderung ausprobiert. Kinder können so ihre individuellen Stärken entdecken. Themen:

- Kreativität, Sprache, Zahlen
- Bewegung, Sport und Natur
- Sozial-emotionale Begabung

4-teilige ElternWorkstatt (1. Termin für Eltern - ein Ref., 2.-4. Termin für Eltern u. Kinder - zwei Ref.)

Gemeinsame Veranstaltung mit dem Österreichischen Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung



Alexandra Pirker
Erwachsenenbildnerin, Mediatorin, Kreativ-
und Montessoriausbildung

DAS GEHÖRT MIR! NEIN, ES GEHÖRT MIR!

Konfliktmanagement in der Familie

Konflikte im Familienalltag zu haben ist normal!

Sie nicht zu lösen blockiert Eltern und ihr(e) Kind(er). Doch wie begegne ich den Konflikten und wie verhalte ich mich als gute Vermittlerin/als guter Vermittler? Ein ehrlicher Umgang mit der Normalität eines Problems, sowie Hilfestellungen und Methoden aus der Arbeit der Mediation werden vermittelt. Verständnis, bewusste Fragestellungen, Hinhören und Hinschauen bringen neue persönlichere Lösungen aus den Konfliktsituationen.

Themen:

- WAS ist ein Konflikt?
- WANN habe ich einen Konflikt?
- WER ist daran beteiligt?
- WIE kann ich zu einer Lösung kommen?

2-teilige ElternWorkstatt



Ingrid Achatz-Leithold, MSc
Psychosoziale Beraterin, Erwachsenenbildnerin,

DAS HOCHSENSIBLE KIND

Wie es die Welt wahrnimmt und was hilfreich ist

Etwa 15 bis 20 % der Bevölkerung nehmen Reize und Empfindungen intensiver wahr, sie werden als hochsensibel bezeichnet. Ob sich Hochsensibilität als Belastung oder als Begabung im Leben eines Menschen auswirkt, ist in erster Linie eine Frage des Umgangs mit der hochsensiblen Wahrnehmung.

Das Wissen über diese Veranlagung lässt Eltern das oft spezielle Verhalten des hochsensiblen Kindes verstehen und öffnet den Blick auf seine besonderen Bedürfnisse und Begabungen.

2-teilige ElternWorkstatt



Claudia Köckeis
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Körpertherapeutin

DIE KUNST EINEN KAKTUS ZU UMARMEN

Die Pubertät ist für die Eltern ebenso wie für das Kind ein herausfordernder Lebensabschnitt. Diese Zeit ist häufig von Missverständnissen und Unsicherheiten geprägt, welche zu Spannungen und Konflikten zwischen Eltern und Kindern führen können.

- Hinsehen - Wie sieht die Beziehung zu meinem Kind aus?
- Unterscheiden - Was ist wirklich wichtig?
- Wissen - Was passiert gerade in meinem Kind?

Sie erfahren 10 goldene Regeln, die Sie und Ihr Kind hilfreich durch die Pubertät begleiten.

3-teilige ElternWorkstatt, 1. Termin geblockt, 2. Termin 1-teilig



Christine Hagler
Ernährungsberaterin nach TCM

ENERGIE-FRÜHSTÜCK NACH TCM

Kinder für den Tag stärken

Das Frühstück ist wesentlich für einen guten Start in den Tag. Nach der Traditionellen Chinesischen Medizin ist das Warme Frühstück besonders Abwehr stärkend und Energie bringend. Bei dieser Eltern-Workstatt erhalten Sie Informationen zu:

- TCM / 5-Elemente-Ernährung
- Lebensmitteln, insbesondere dem „Warmen Frühstück“
- Verdauungsfördernde Gewürze
- Teemischungen

Wir bereiten ein warmes Frühstück zu und verkosten dies gemeinsam.

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben.
Ein Skriptum kann erworben werden.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt, inkl. Praxisteil



Miriam Schaufler
Dipl. Ökotrophologin, Ernährungsberaterin,

ESSEN MACHT SPASS

Ernährung für kleine und große Kids

„Mein Kind mag keine Gemüse!“ „Mein Kind isst nur Süßigkeiten!“ – Kennen Sie das und die damit verbundenen Machtkämpfe, wenn Sie Gesundes zum Essen anbieten?

In dieser ElternWorkstatt setzen wir uns auseinander mit:

- gesunder, kindgerechter Ernährung
- Geschmacksentwicklung
- Umgang mit Vorlieben wie z. B. für Süßes

Wir erarbeiten mögliche Lösungen für entspannte Essenszeiten, bereiten eine kleine, kindgerechte Zwischenmahlzeit und verkosten diese gemeinsam.

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt, inkl. Praxisteil



Petra Traintinger

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Mediatorin

FAIRES STREITEN ZWISCHEN KINDERN

Bei Konflikten zwischen den Kindern sind wir als Eltern besonders gefordert. In diesem Workshop geht es darum, konstruktive Handlungs-Spielräume und Möglichkeiten zu entdecken. Wichtig dabei ist, inne zu halten und sich Klarheit zu verschaffen, statt vorschnell eine Lösung „anzubieten“. Sie erhalten ein Handwerkszeug, mit dem Sie den Kindern eine konstruktive Streitkultur und eine selbstständige Konfliktklärung anbieten können.

4-teilige ElternWorkstatt, 2. und 3. Teil auf einen Termin geblockt



Sabine Schäffer

Dipl. Kindergartenpädagogin, Dipl. Früh-
erzieherin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin

FAMILIENFESTE FÜRS HERZ

Gemeinsam durch den Advent

Kekserlduft liegt in der Luft, die Fenster sind mit Tannenzweigen und Glitzersterne geschmückt. Draußen ist es kalt und früh wird es finster, wir kuscheln uns in warme Decken, erzählen einander Geschichten und lauschen stimmungsvoller Musik.

Adventzeit ist oft hektisch, kann aber auch anders sein: zauberhaft und entspannend. Mit Herz und einfachen Mitteln können wir diese Zeit zu einer besonderen werden lassen. Wir tauschen uns über die verschiedensten Advent- und Weihnachtsrituale aus und stimmen uns auf Weihnachten ein.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Karin Gratzer

Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und Seniorengesundheitstrainerin

GESUNDES ESSEN LEICHT GEMACHT

Tipps und Tricks

Man hört und liest viel über gesunde Ernährung.

- Wissen Sie jedoch, worauf es dabei am meisten ankommt?
- Wie einfach es sein kann sich gesund zu ernähren?
- Wie köstlich gesundes Essen schmecken kann?

Mit konkreten Tipps und Hinweisen, die sich leicht umsetzen lassen, sowie köstlichen Rezepten, die wir zum Teil beim zweiten Termin gemeinsam zubereiten und verkosten, gehen Sie nach Hause und können Ihre Familie ohne viel Aufwand, mit gesundem Essen verwöhnen.

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben. Ein umfassendes Skriptum mit Tipps und Rezepten kann erworben werden.

2-teilige ElternWorkstatt



Tanja Hochgründler

Dipl. Mentaltrainerin

HERZENSBILDUNG

Was Kinder glücklich macht

Es gibt viele gute Gründe, unsere Kinder zu positiv denkenden und fühlenden Wesen zu erziehen. Kinder, die Anerkennung und Wertschätzung für ihre Fähigkeiten erfahren, die in ihrem Selbstbild gestärkt werden, reifen zu Jugendlichen, die einfühlsam und respektvoll mit sich selbst und anderen umgehen.

- Welche Grundlagen können Eltern schaffen, um die positiven Gefühle ihres Kindes wachsen zu lassen?
- Welche Worte und Gesten sind wichtig, um ihrem Kind Mut zu machen?
- Was können Eltern tun, um den Selbstwert und die Selbstachtung ihres Kindes zu stärken?

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Mag.^a DI.ⁱⁿ Sigrid Grünberger
Unternehmensberaterin, Trainerin, Coach,
Soziologin

HERZWÄRTS - UNTERWEGS ZUM EIGENEN HERZEN

Gelebte Herzensbildung im Alltag

Job, Haushalt, Kinder und Freizeit – wir haben ein „ge-/erfülltes“ Leben und doch oft das Gefühl, dass etwas Bedeutendes fehlt: Zeit fürs Herz.

Legen Sie eine Verschnaufpause ein und blicken Sie „herzwärts“. Wir setzen uns mit der Frage „Was ist Herzensbildung?“ auseinander und erarbeiten konkrete Handlungsmöglichkeiten für gelebte Herzensbildung im Alltag. Dabei behalten wir auch stets unsere Kinder im Auge und entwickeln Impulse für die herzensbildnerische Arbeit mit ihnen, sowohl für den privaten als auch für den pädagogischen Alltag.

3-teilige ElternWorkstatt (1. und 2. Teil geblockt)



Sabine Schäffer
Dipl. Kindergartenpädagogin, Dipl. Früh-
erzieherin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin

HEUT' IST MEIN GEBURTSTAG



Geburtstagsfeiern kreativ und mit Herz gestaltet

Der eigene Geburtstag ist für jedes Kind ein besonderes Ereignis – es ist SEIN Tag und es steht im Mittelpunkt! Wir vermitteln dem Kind: Du bist wichtig und einzigartig, wir freuen uns mit dir. Das gemeinsame Feiern stärkt die kindliche Persönlichkeit und ist gleichzeitig ein verbindendes Ereignis.

Wir setzen uns damit auseinander, wie wir Geburtstagsfeiern zu einem besonderen Erlebnis machen können, das auch die Persönlichkeit und Bedürfnisse des jeweiligen Kindes berücksichtigt.

Wir füllen unsere Geburtstagsideenkiste mit Spiel-, Bastel- und Gestaltungsvorschlägen und sprechen über die Bedeutung von Ritualen.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Brigitte Steinacher-Sigl
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Heilpraktikerin,
DGKS

HILFREICHE WICKEL

Wickel und Auflagen als Heilmethoden erfreuen sich großer Beliebtheit, steigern die Abwehrkräfte und fördern den Genesungsprozess. Bei diesen Behandlungen erleben die Kinder ihre Eltern als liebevolle Unterstützer und erfahren körperliche und seelische Zuwendung.

Ob bei Husten, Schnupfen, Fieber, Verletzungen usw.: Lernen Sie die Herstellung, Anwendung und Wirkung von Wickel kennen.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Herbert Handler
Kinesiologe

HIRNKASTL-WALKING

Lern- und Lebensfreude-Weg für Kinder und Eltern

Erleben Sie lustvolle Lernförderung durch Bewegung in der Natur. Entlang eines Wegstückes bekommen Sie durch 12 kinesiologische Übungen einen Einblick, wie Sie und Ihr Kind die Energie als Basis des Lernens erhöhen können.

Der Spaziergang findet bei jeder Witterung statt, bitte achten Sie auf entsprechende Kleidung.

2-teilige ElternWorkstatt,

1. Teil: Wanderung

2. Teil: Info und Reflexion

auch 1-teilig buchbar



Eva Maria Wanghofer, MA
Sozialpädagogin, Kinesiologin, Family-Support-Elterntrainerin



Erika Ramsauer, MTD
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für Personale Pädagogik

KINDER BRAUCHEN GRENZEN! BRAUCHEN KINDER GRENZEN?



Eltern wollen das Beste für ihr Kind. Doch was ist dieses ‚Beste‘? Wie sieht der individuelle Rahmen aus, in dem sich ein Kind gut entwickeln kann? Kinder brauchen einerseits Freiheit, um sich zu entfalten und selbständig zu werden, andererseits benötigen Sie auch Grenzen, die Orientierung geben. Hier eine altersadäquate Balance zu finden fällt oftmals schwer und ist für viele Eltern mit Unsicherheit behaftet.

Inhalt dieser ElternWorkstatt:

- Was heißt „Grenzen setzen“?
- Brauchen Kinder Grenzen?
- Wann und wie macht es Sinn, Grenzen zu setzen?
- Was tun, wenn's nicht funktioniert?

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar

KINDERN HALT GEBEN



Sichere Bindung von Anfang an

Wir sorgen für unsere Kinder, geben ihnen Schutz und Nahrung. Für eine gesunde Entwicklung sind neben der Versorgung von Grundbedürfnissen vor allem liebevolle Zuwendung und sichere Bindungsbeziehungen von großer Bedeutung.

Wir reflektieren eigene Bindungserfahrungen und setzen uns mit der Entwicklung einer sicheren Bindung im Säuglings- und Kleinkindalter auseinander. Anzeichen von Bindungsstörungen werden besprochen. Basierend auf Erkenntnissen aus der Bindungsforschung werden auch Lösungsansätze für verschiedene Erziehungsprobleme erarbeitet.

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Monika Kronberger
Dipl. Erwachsenenbildnerin

KINDERN MUT MACHEN

Leben, lieben und begleiten

Wer von uns hätte nicht gerne Kinder, die mutig schwierige Lebenssituationen meistern.

Kinder, die mutig sind, die sich und ihr Handeln als wertvoll erleben, bereichern nicht nur jede Familie, sie bereichern auch die Gesellschaft. Das Selbstwertgefühl und die Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen zu stärken ist erste Aufgabe der Erziehung.

Darum ist es gut, das eigene Verhalten, die eigene Persönlichkeit immer wieder zu reflektieren. Die fünf wertvollsten Stützpfeiler einer stark machenden Erziehung werden erarbeitet.

2-teilige ElternWorkstatt



Tanja Hochgründler
Dipl. Mentaltrainerin

KINDERN OPTIMISMUS SCHENKEN

Kleine Schritte – große Wirkung

Zuversicht und ein positives Selbstbild sind wertvolle Lebens-Begleiter. Im Familienalltag Optimismus zu erleben, ist für alle bereichernd und kann für Kinder eine gute Unterstützung dabei sein, eine bejahende Lebenshaltung aufzubauen.

- Was hilft Kindern, Vertrauen zu sich, zu anderen und in das Leben zu finden?
- Welche Werte und Worte sind wichtig, um das kindliche Selbstwertgefühl zu steigern?
- Warum ist Humor gratis, aber nicht umsonst?

In dieser ElternWorkstatt erhalten Sie hilfreiche Impulse und Ideen für den Familienalltag, um eine optimistische Grundhaltung bei Kindern zu fördern und sie für die Aufgaben des Lebens zu stärken.

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Barbara Dürr
Kindertuinatherapeutin, Heilpraktikerin

KINDERTUINA

Rasche Hilfe für Ihr Kind

Bei dieser ElternWorkstatt erhalten Sie Informationen zu Kindertuina und ihren vielfältigen Einsatzmöglichkeiten. Mit speziellen, leicht zu erlernenden Griff-techniken können Heilungsprozesse positiv beeinflusst werden.

Sie erfahren Wissenswertes zum Einsatz von Kindertuina bei:

- Husten und Schnupfen
- unruhigem Schlafen
- Ängstlichkeit und anderen Themen

Hinweis:

Gegen einen Unkostenbeitrag von € 1,- erhalten Sie ein Skriptum.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Barbara Dürr
Kindertuinatherapeutin, Heilpraktikerin

KINDERTUINA

Entwicklung des Kindes

Welche Fragen und Probleme können bei den unterschiedlichen Entwicklungsphasen wie z.B. Trotzphase, Pubertät oder bei Schulthemen auftreten?

Bei dieser ElternWorkstatt erhalten Sie Informationen zu Kindertuina und wie Sie Ihre Kinder bei Themen rund um die Entwicklung mit einfach zu erlernenden Griff-techniken unterstützen können.

Hinweis:

Gegen einen Unkostenbeitrag von € 1,- erhalten Sie ein Skriptum.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Maria Hinterauer
Eingetragene Mediatorin



Annette Wachinger
Erzieherin, Musikgartenlehrkraft, Kinder-
kräuterpädagogin, Bibliothekarin

KLARHEIT IN BEZIEHUNGEN

Ungelöste Konflikte binden viel Kraft und Zeit, besonders wenn sie Menschen betreffen, die einem wichtig sind. Wie können diese Konflikte gelöst werden? Welche unterschiedlichen Menschen- und Rollenbilder, welche verschiedenen Werte können einem Problem zu Grunde liegen? Wie kann achtsame und wertschätzende Kommunikation wirken?

2-teilige ElternWorkstatt geblockt

KLEINE FORSCHER GANZ GROSS



Kinder bringen von Anfang an eine ganze Menge Forschergeist mit. Sie wollen ihre Welt mit allen Sinnen begreifen, erfassen, erkunden und machen dabei ständig neue Entdeckungen. Mit Spielen, kleinen Geschichten und einfachen Alltagsmaterialien wollen wir diesen Forschergeist spielerisch unterstützen und eine bunte Vielfalt an Erfahrungen ermöglichen.

Hinweis:
Materialkosten € 4,-.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt

Werfen Sie einen Blick auf die Homepage des Ministeriums für Wirtschaft, Familie und Jugend:



www.elternbildung.at

Sie finden dort interessante Beiträge zu Erziehungsthemen und ExpertInnenstimmen zu Schwerpunktthemen.

Schauen Sie hinein, es zahlt sich aus!



Annette Wachinger

Erzieherin, Musikgartenlehrkraft, Kinderkräuterpädagogin, Bibliothekarin



Karin Gratzner

Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und Seniorengesundheitstrainerin

KRABELMÄUSE - LESEZWERGE

Sprach- und Leseförderung

Bücher und Geschichten sind wertvolle Schätze, die unser Leben von Anfang an bereichern können. Schon Kleinkinder lieben es, Geschichten zu lauschen und sich in Bilderbücher zu vertiefen. Reime, Fingerspiele und Lieder, die von Bewegung begleitet werden, unterstützen sie beim spielerischen Spracherwerb mit allen Sinnen. Unter dem Motto ‚Hüpfen, Tanzen, Singen bringt Sprache rasch zum Klingen‘ bietet die ElternWorkstatt:

- Informationen zur Sprachentwicklung und Sprachförderung
- praktische Beispiele und Anregung zum spielerischen Umgang mit ersten kleinen Geschichten und Büchern
- die Vorstellung aktueller Literatur für Kleinkinder
- Zeit und Anleitung für die Gestaltung einfacher Requisiten für die Praxis

Hinweis:

Materialkosten € 4,-. Bitte Schere und leeren Schuhkarton mitbringen.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt

MITEINANDER KOCHEN MACHT SPASS

Eltern-Kind-Koch-Workstatt

In unserer schnelllebigen Zeit wollen wir uns auf ursprüngliche Werte besinnen: mit den Kindern Speisen selbst zubereiten und das Essen gemeinsam in einer entspannten Atmosphäre genießen. Ergänzend gibt es Tipps, worauf man beim Einkaufen und Zubereiten achten soll.

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben. Ein umfassendes Skriptum mit Tipps und Rezepten kann erworben werden. Für Eltern/Erziehende und Kinder ab 8 Jahren.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Erika Ramsauer, MTD

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für Personale Pädagogik



Karin Gratzer

Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und Seniorengesundheitstrainerin

OMA UND OPA SIND DIE BESTEN!

Die besondere Rolle der Großeltern

Die Rolle der Großeltern hat sich mit der Zeit sehr gewandelt. Viele stehen selbst noch im Berufsleben und gestalten ihre Freizeit sehr aktiv. Großeltern können der Familie eine große Stütze sein. Sie bringen Erfahrung und ein Stück Gelassenheit in den Alltag. Sie haben die große Chance, ein liebevolles Band des Vertrauens zwischen den Generationen zu knüpfen.

- Meine Rolle als Oma oder Opa in der Familie – Eine Fülle an neuen Erfahrungen
- Früher war alles anders – Ansichten von heute sind morgen oft überholt
- Lasst uns miteinander reden – Begegnung mit Respekt, Achtung und gegenseitiger Wertschätzung
- Manchmal wird es mir einfach zu viel wohltuende Nähe gepaart mit der nötigen Distanz

4-teilige ElternWorkstatt

RICHTIG ESSEN MACHT KINDER SCHLAU UND FIT

Kinder sind heute geforderter denn je. Leistung ist angesagt – in der Schule, aber auch bei den vielfältigen Freizeitaktivitäten. Wer möchte nicht sein Kind dabei unterstützen, sowohl geistig, als auch körperlich fit zu sein, um den Anforderungen des Alltags gerecht zu werden. Eine gesunde Entwicklung wird gefördert durch:

- Die richtigen Lebensmittel
- Die richtige Zusammensetzung
- Die richtige Menge
- Die richtige Verteilung der Mahlzeiten

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben. Ein umfassendes Skriptum mit Tipps und Rezepten kann erworben werden.

2-teilige ElternWorkstatt



Erika Ramsauer, MTD
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für
Personale Pädagogik

WAS KINDER STARK MACHT

Resilienz - die Abwehrkraft der Psyche

Wie können wir die Widerstandskräfte der Seele stärken? Gute Beziehungen, das Erkennen unserer Stärken und Ressourcen, das Prinzip der Selbstwirksamkeit, die Frage nach dem Sinn im Leben, Lebensfreude und Optimismus sind nur einige Punkte, die uns dabei helfen. Ein „gesundes Erziehungsklima“ unterstützt die Entwicklung der Kinder.

In dieser ElternWorkstatt bekommen Sie Anregungen, wie Resilienz gefördert werden kann.

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Karin Gratzner
Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und
Seniorengesundheitstrainerin

Z'SAMM KOCHEN

Generationenkochen

Was früher alltäglich war, ist heutzutage eine Seltenheit: das gemeinsame Kochen. Beim „Z'samm kochen“ haben zwei oder sogar drei Generationen die Gelegenheit, gemeinsam den Kochlöffel zu schwingen, ohne Hektik, ganz entspannt.

Großeltern können ihre Erfahrung an die Enkelkinder weiter geben und Enkelkinder genießen es, gemeinsam mit der Oma, dem Opa, zu kochen.

Wenn Mama oder Papa auch noch dabei sein können, ist das sicher ein ganz besonderes Familienerlebnis.

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben.

Ein umfassendes Skriptum mit Tipps und Rezepten kann erworben werden.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Karin Weixler
praktische Kinesiologin

BESSER KONZENTRIEREN - LEICHTER LERNEN



Unterstützung für das Lernen

Lernen ist viel mehr als das einfache Abspeichern von Informationen. Wahrnehmen, in bereits Gelerntes einordnen und es damit verknüpfen, bewerten und vieles mehr sind Komponenten des Lernens. Gezielte Bewegungsübungen können das Lernen bei Kindern gut unterstützen. Wir erarbeiten Übungen, die bei motorischer Unruhe helfen, die Konzentrationsfähigkeit erhöhen und die Aufmerksamkeitsspanne verlängern. Eltern erhalten damit ein Werkzeug, das nicht nur die Denkfertigkeiten ihrer Kinder fördert, sondern sich auch positiv auf die emotionale und körperliche Entwicklung auswirkt.

1-teilige ElternWorkstatt



MMag. ^a Monika Farbmacher-Holczik
Erziehungswissenschaftlerin, Pädagogin, akad.
SI-Mototherapeutin

BEWEGUNG MACHT SCHLAU

Wie Wahrnehmung, Bewegung und Entwicklung zusammenhängen

Bewegungsförderung ist ein gutes Mittel, um die kindliche Entwicklung zu unterstützen. Sie erhalten Informationen über die Zusammenhänge von Bewegung, Wahrnehmung und Lernen. Einfache Spielangebote mit Alltags- und Naturmaterialien werden vorgestellt und ausprobiert. Durch diese Anregungen und den Austausch mit anderen Eltern bekommen Sie viele Ideen für einen „bewegten“ Familienalltag.

1-teilige ElternWorkstatt



Angelika Kofler-Gutfertinger, BScN
Stillberaterin (IBCLC), DGKS

BREI(-FREI)?



Wissenswertes rund um das Thema
Beikost

Brei oder Brei-frei, mit vier, fünf oder doch erst mit sechs Monaten, womit beginnen und wie zubereiten, wie ist das mit der Allergieprophylaxe? Rund um das Thema Beikost gibt es viele Fragen, Meinungen und Verunsicherungen. Gut informiert zu sein hilft Eltern, ihren Kindern Beikost entspannt „schmackhaft“ zu machen und gleichzeitig eine gesunde Entwicklung zu fördern.

- Der „richtige“ Zeitpunkt für die Einführung von Beikost
- Lebensmittel und Getränke: Welche und wie viel davon
- Die Zubereitung von Beikost und: Brei oder Brei-frei?
- Gekauft versus selbst gemacht

Alle Teilnehmenden erhalten ein Handout zum Thema Beikost.

1-teilige ElternWorkstatt



Anke van Erkelens-Autrum
Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Trainerin für
Bewegungserziehung, Motopädagogin

DER ZAHN DER ZEIT



Lebe ich mein Alltagstempo?

Der Alltag läuft mit Riesenschritten und wir hetzen hinterher – vielen von uns ist dieser Wettlauf mit der Zeit sehr vertraut. Wir fragen uns, ob wir mit unserem eigenen Tempo noch Schritt halten können. Und was ist mit unseren Kindern? Hecheln sie hinterher?

Damit setzen wir uns in dieser Eltern-Workstatt auseinander:

- Mein Tempo, das Tempo meiner Kinder
- Darf mein Kind sein „eigenes“ Tempo leben?
- Eile mit Weile? Tipps und Tricks rund ums Zeitmanagement.

Wir reflektieren, ob unser Tempo für alle Familienmitglieder passt und überlegen uns Ruhe-Inseln, damit wir den Alltag gut erledigen können ohne „erledigt“ zu sein.

1-teilige ElternWorkstatt



Mag.ª Renate Schneidhofer
Soziologin, Dipl. Lebensberaterin, Trommel-
und Rhythmuspädagogin

DIE „RUSH-HOUR“ DES LEBENS

In der „Rush-Hour“ des Lebens geht es darum: eine Familie gründen, Wohnraum schaffen, Karriere machen. Es gilt Entscheidungen zu treffen und umzusetzen, die sehr bestimmend für das weitere Leben sind.

Wir setzen uns mit den Anforderungen dieser Zeit auseinander, reflektieren unterschiedliche Belastungen und suchen nach Quellen und Ressourcen, die uns entlasten und motivieren können. Statt nur mit Highspeed dahin zu düsen, wollen wir zwischendurch innehalten und eventuell eine Ausfahrt nehmen, wenn sie gerade passt.

1-teilige ElternWorkstatt



Monika Kronberger
Dipl. Erwachsenenbildnerin

DIE ERZIEHUNGS-ERSTE-HILFE-BOX

10 praktische Übungen und Rituale zum mit nach Hause nehmen

Dieser Abend dient der Anfertigung eines „Care-Paketes“. Was tun, wenn die Zweieinhalbjährige einen Wutanfall bekommt, die Sechsjährige Schulangst hat und der Zwölfjährige seinen ersten Liebeskummer? Ich öffne meine „Erste Hilfe Box“ und finde alles was ich brauche. Die Materialien und Ideen, die die TeilnehmerInnen von diesem Abend mit nach Hause nehmen können, dienen dazu, den ganz normalen Erziehungsalltag leichter bewältigen zu können.

Hinweis:
Bitte Schuhschachtel mitbringen.

1-teilige ElternWorkstatt



Eva Maria Wanghofer, MA
Sozialpädagogin, Kinesiologin, Family-Support-
Elterntrainerin

DU BIST BLÖD! NEIN, DU!

Geschwisterstreit

Auseinandersetzungen zwischen Geschwistern gehören zum Familienalltag. Eltern kann der Streit mitunter belasten und verunsichern. Zu erkennen, dass die Geschwisterkämpfe auch entwicklungsfördernd sind, kann helfen, entspannter mit der Situation umzugehen.

- Weshalb sind Konflikte für die Entwicklung für Kinder unerlässlich?
- Was brauchen sie zum „Richtig Streiten“?
- Welche Strategien helfen, den Erziehungsalltag zu entstressen?

1-teilige ElternWorkstatt, auch 2-teilig geblockt buchbar



Martina Kittinger,
Elementarpädagogin

EINGEWÖHNUNG IN BETREUUNGSEIN- RICHTUNGEN

Vorbereitung zur Eingewöhnung

Wenn Kinder erstmals außerhäuslich betreut werden, sind damit für Eltern und Kinder meist Trennungängste und Stress verbunden.

- Welche Ängste können auftreten?
- Wie bereiten sich Eltern und Kinder vor?
- Wie gelingt der Übergang gut?

1-teilige ElternWorkstatt



Dr. Wolfgang Worliczek
Pädagogischer Psychologe, Gesundheits-
psychologe

ELTERNSEIN MIT LEICHTIGKEIT

Ein klares NEIN muss manchmal sein

Chaos im Kinderzimmer, Ohren auf Durchzug ... Kinder bringen ihre Eltern gelegentlich an den Rand der Verzweiflung. In dieser ElternWorkstatt setzen wir uns auseinander mit: Wie können Eltern ihre Rolle bestmöglich wahrnehmen und wie werden Kinder in den alltäglichen Herausforderungen mit Achtsamkeit und Wertschätzung begleitet?

**1-teilige ElternWorkstatt, auch 2-teilig
buchbar**



Caroline Zutz-Weill | Monika Kronberger,
Dipl. Erwachsenenbildnerinnen

EMPTY NEST



Ein Überlebenstraining der etwas
anderen Art

Wenn die Kinder das elterliche Haus verlassen, steht für viele Eltern eine Neuorientierung des Lebens und der Partnerschaft an.

Bis jetzt waren wir 24-Stunden-Taxidienst, Rundumversorger, kämpften uns durch schmutzige Wäsche und unerledigte Hausaufgaben, versorgten aufgeschlagenen Knie und waren bei Liebeskummer da. Doch plötzlich sind wir alleine, sitzen im leeren Kinderzimmer und wissen nicht wohin mit der frei gewordenen Zeit.

Wagen wir gemeinsam einen humorvollen und gleichzeitig tiefgründigen Blick auf diesen neuen Lebensabschnitt.

1-teilige ElternWorkstatt



Martina Kittinger
Elementarpädagogin

FEINFÜHLIGKEIT

Die Bedürfnisse des Kindes erkennen

Kinder äußern Bedürfnisse über vielfältige Signale. Ein feinfühliges Eingehen auf diese Signale fördert den liebevollen Umgang im familiären Miteinander. Wir gehen folgenden Themen nach:

- Was ist Feinfühligkeit?
- Wie entwickle ich eine feinfühligere innere Haltung?
- Wie wirkt sich diese auf den Erziehungsalltag aus?

1-teilige ElternWorkstatt



Angelika Kofler-Gutfertinger, BScN
Stillberaterin (IBCLC), DGKS

HANDWERKSZEUG ZUM STILLEN DEINES BABYS

Stillvorbereitung

Für einen erfolgreichen Stillstart ist es hilfreich, sich bereits in der Zeit der Schwangerschaft über das Stillen zu informieren.

In gemütlicher Atmosphäre, mit viel Raum für Fragen, geht es um folgende Inhalte:

- Vorbereitung auf das Stillen während der Schwangerschaft
- Erstes Anlegen an die Brust
- Stillhaltungen
- Vorbeugung von Stillproblemen
- Viel Raum für Fragen und zum Üben

Hinweis:

Wenn möglich eine Puppe oder einen Bär mit beweglichen Armen mitbringen

1-teilige ElternWorkstatt



Dr. Alexander Meisinger
Allgemeinmediziner, Klassischer
Homöopath

HOMÖOPATHIE BEI KINDERN

Worauf ist zu achten?

Chamomilla bei Zahnweh, Sulfur bei Hautausschlägen oder Arnica bei Verletzungen – ist das Homöopathie?

- Wie kann ein Kind reagieren, wenn es wiederholt eine (falsche) Arznei bekommt?
- Gibt es wirklich keine Nebenwirkungen?
- Warum werden homöopathische Arzneien individuell verordnet?
- Welche Besonderheiten gibt es in der Schwangerschaft und Stillzeit?

All diese Fragen werden bei dem Vortrag beantwortet.

1-teilige ElternWerkstatt – Vortrag



Brigitte Steinacher-Sigl
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Heilpraktikerin,
DGKS

KINDER NATÜRLICH GESUND

Naturheilkunde und mehr

Eltern haben maßgeblichen Einfluss auf die Gesundheit ihrer Kinder. Mit ihrer Hilfe lernen Kinder ihr Gesundheitsbewusstsein aufzubauen, Abwehrkräfte zu stärken und, wenn möglich, Krankheiten aus eigener Kraft zu überwinden. Themen sind:

- Strategien der Gesundheitsförderung
- Erkältungskrankheiten
- Natürliche Heilmittel
- Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung

1-teilige ElternWerkstatt , auch 2-teilig buchbar



Monika Kronberger
Dipl. Erwachsenenbildnerin

KINDERÄNGSTE BEGLEITEN

Monster unterm Bett

Kinder haben Angst vor Gespenstern, Dunkelheit, aber auch Angst verlassen zu werden und vor Fremden. In dieser Eltern-Workstatt beschäftigen wir uns u.a. mit folgenden Fragen:

- Welche entwicklungsbedingten Angstphasen gibt es?
- Wie kann ich mein Kind verständnisvoll begleiten?
- Wie kann Fantasie helfen?

Durch Informationen und Austausch suchen wir nach verschiedenen, kreativen Möglichkeiten, unsere Kinder zu stärken und ihnen Mut zu machen.

1-teilige ElternWorkstatt



Heidemarie Bernegger
Dipl. Mentaltrainerin, Kinesiologin

LAUT UND LEISE, BUNT UND HELL - ICH BIN LANGSAM, DU BIST SCHNELL

Lernen unterstützen

Jedes Kind ist einzigartig. Wie können Sie mit Ihrem Kind einen „Lernrahmen“ gestalten, in den es seine Persönlichkeit und seine Interessen einbringen kann? Folgende Themen werden behandelt:

- Welche Lerntypen gibt es?
- Welchen Sinneskanal bevorzugt mein Kind?
- Deine Sicht, meine Sicht - Perspektivenwechsel Lernumfeld und Lernklima
- Selbstverantwortung fördern

1-teilige ElternWorkstatt



Angelika Kofler-Gutfertinger, BSc
Stillberaterin (IBCLC), DGKS

MEIN BABY UND DER SCHLAF



Einschlafen, Durchschlafen, Ausschlafen – das Thema „Schlaf“ beschäftigt viele Eltern, vor allem in den ersten Lebensjahren ihrer Kinder. Um den Babyalltag gelassener zu erleben kann es hilfreich sein, über das Schlafverhalten von Babys genauer Bescheid zu wissen.

- Wie „funktioniert“ Schlaf?
- Wie viel Schlaf braucht mein Baby?
- Das Schlafverhalten im ersten Lebensjahr: Was heißt da Durchschlafen?
- Die sichere Schlafumgebung: Voraussetzungen für gutes Ein- und Durchschlafen

Alle Teilnehmenden erhalten ein Handout zum Thema Babyschlaf.

1-teilige ElternWorkstatt



Mag.ª Renate Schneidhofer
Soziologin, Dipl. Lebensberaterin, Trommel- und Rhythmuspädagogin

MEIN KIND KOMMT IN DIE SCHULE



Wie Übergänge gelingen

Die meisten Kinder freuen sich auf die Schule. Sie sind hoch motiviert endlich lesen, schreiben und rechnen zu lernen. Mit dem Gefühl der Vorfreude geht häufig auch ein Gefühl der Unsicherheit einher. Der Übergang vom Kindergarten in die Schule erfordert nicht nur von den Kindern eine große Leistung hinsichtlich der Verarbeitung von Erwartungen und neuen Strukturen, auch die Eltern müssen diesen Übergang bewältigen.

In dieser ElternWorkstatt gehen wir der Frage nach, was der Schuleintritt für Kinder und Eltern bedeutet, was die Schule vom Kind erwartet und umgekehrt.

1-teilige ElternWorkstatt



Mag.ª Renate Schneidhofer
Soziologin, Dipl.-Lebensberaterin, Trommel-
und Rhythmuspädagogin

MIT HUMOR DURCH DEN ALLTAG

Kinder brauchen keine perfekten Eltern

Der Alltag mit Kindern kann oft mehr als anstrengend sein und wir finden uns in Situationen wieder, die wir uns so nicht vorgestellt haben. Eltern wollen meist das Beste für die Kinder und vergessen dabei darauf, sich selbst etwas Gutes zu tun und wieder einmal richtig Kraft und Freude zu tanken.

In dieser ElternWorkstatt geht es um Auswege aus der „Perfektionismusfalle“, Veränderungen in der Familie, das Zulassen von Ängsten, Fragen, Hoffnungen und schließlich um Ihre eigenen Lösungen für den Alltag. Wir schaffen Genuss und Ausgleich und tragen aktiv zur Entspannung und Steigerung des Wohlbefindens bei.

1-teilige ElternWorkstatt



Eva Maria Wanghofer, MA
Sozialpädagogin, Kinesiologin, Family-Sup-
port-Elterntrainerin

MUSS ICH IMMER ALLES 3 X SAGEN?!



Einfühlsame Kommunikation in der Familie

Ein Sprichwort lautet: „Kommunikation ist das, was auf der anderen Seite ankommt.“ Doch leider kommt oft nicht an, was wir gerne vermittelt hätten. WIE wir etwas formulieren hat großen Einfluss darauf, wie unser Gegenüber, unser Partner oder unsere Kinder reagieren.

Erfahren Sie in dieser ElternWorkstatt, wie Gefühle und Bedürfnisse in der Familie klar formuliert werden können, ohne zu beschuldigen oder zu kritisieren.

Wir setzen uns mit folgenden Themen auseinander:

- Was ist Kommunikation
- Kommunikationsmodelle nach Schulz von Thun
- Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg
- Killerphrasen und ihre Tücken
- Familienrat

1-teilige ElternWorkstatt



Dr. Wolfgang Worliczek
Pädagogischer Psychologe, Gesundheits-
psychologe



Tanja Hochgründler
Dipl. Mentaltrainerin

OUT OF ORDER

Herausforderung Pubertät

Verschlossene Türen und ausgefahrene Krallen, Besserwissen und Dauerkonfrontation – Eltern sind gefordert und oft überfordert, wenn Kinder beginnen, sich abzugrenzen und ihr eigenes Persönlichkeitsprofil zu entwickeln.

- Wie gehen wir als Eltern mit scheinbar respektlosem, provokantem und aggressivem Verhalten, aber auch mit Rückzug und Isolation unserer Kinder um?
- Wie reden wir „richtig“ mit Kindern und Jugendlichen?
- Was hilft, um Beziehung, Vertrauen und gegenseitige Achtung (wieder) herzustellen?

1-teilige ElternWorkstatt, auch 2-teilig buchbar

RITUALE – ANKER IM ALLTAG

Rituale sind für Menschen jeden Alters und in jeder Lebensphase hilfreich. Gemeinsam erlebte Rituale lassen ein Wir-Gefühl entstehen und schaffen Raum für ein gelingendes Miteinander. Welche Rolle spielen Rituale in unserem Alltag? Wie können sie uns als Familie unterstützen, neue Wege zu gehen und unserem Leben einen Rhythmus zu geben?

- Rituale im Jahreskreis
- Morgen- und Abendrituale
- Abschieds- und Trennungsrituale

1-teilige ElternWorkstatt



Petra Eisl

Eltern-Kind-Gruppenleiterin,
Dipl. Erwachsenenbildnerin

SCHLAF, KINDLEIN SCHLAF

Wie Eltern mit ihren Kindern einen Schlafrhythmus entwickeln können

In dieser ElternWorkstatt unterhalten wir uns über das Schlafen von Kleinkindern bis ca. 3 Jahre und achten besonders auf hilfreiche Rituale. Neben Informationen stehen der Austausch und das gemeinsame Erarbeiten von möglichen Lösungen im Mittelpunkt.

1-teilige ElternWorkstatt



Erika Ramsauer, MTD

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für
Personale Pädagogik

SCHÖN, DASS ES OMA UND OPA GIBT

Für ein gelingendes Miteinander

Großeltern sind sehr wichtig für Familien. Sie haben Zeit, die Welt mit den Enkelkindern zu entdecken und schenken so ein Stück Geborgenheit und Sicherheit. Bei dieser Veranstaltung betrachten wir die Rolle der Großeltern aus dem Blickwinkel aller Generationen näher und tauschen uns darüber aus.

1-teilige ElternWorkstatt



Wir arbeiten nach neuesten Erkenntnissen der Elternbildung, Entwicklungspsychologie, Pädagogik und den Richtlinien der MARKE Katholische Elternbildung – Mit Achtung und Respekt Kompetente Eltern.



Karin Gratzer

Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und Seniorengesundheits-trainerin

SUPPENWERKSTATT

Wir kochen nach altbewährten und neuen Rezepten einige schmackhafte Suppen – ganz nach dem Motto: „Frisch, g'sund und guat“. Ob Klassiker mit neuem Pep oder nicht alltägliche Suppenkreationen, alle sind leicht verdaulich und gut zu essen, sowohl für Kinder als auch für Erwachsene. Ergänzend gibt es Tipps, worauf man beim Einkaufen und Zubereiten achten soll.

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben. Ein umfassendes Skriptum mit Tipps und Rezepten kann erworben werden.

1-teilige ElternWorkstatt, auch 2-teilig geblockt buchbar



Dr.ⁱⁿ Christina Repolust,

Germanistin, Erwachsenenbildnerin, Autorin

VORLESEN IST LIEBE

Unvergessliche Vorlese-Erlebnisse

Vorlesen ist Liebe und Förderung. Wer vorliest, bietet seinen jungen ZuhörerInnen – und nicht nur diesen! – Nähe und die erste Begegnung mit Sprache, Kunst und Literatur. Wissenswertes über die aktuellsten Bilderbücher erleichtert die Auswahl der Vorlese-Bücher ebenso wie Kenntnisse der Klassiker der Kinderliteratur. Vorlesen wird dann zum Erlebnis, wenn es gut vorbereitet den Weg auf den Geschichtenteppich lenkt und die Schatzkiste der Sprache öffnet.

1-teilige ElternWorkstatt



Petra Salvador-Pirkenseer
Dipl. Trainerin, zertifizierter Coach und Elternbildnerin

WAS ELTERN STARK MACHT

Kraft und Energie für den Erziehungsalltag

Job, Kinder, Kindertaxi, Haus und Garten, Haustiere, PartnerIn sein ... All das füllt mit einer großen Bandbreite an Befindlichkeiten Ihren Tag? Innerlich haben Sie ein „Stopp - so mach' ich nicht mehr weiter“ formuliert?

Dann sind Sie in dieser ElternWorkstatt richtig. Sie erhalten Informationen und Tipps aus der Stressforschung. Mit Spaß und Gleichgesinnten erarbeiten Sie Möglichkeiten, besser für sich zu sorgen, um wieder selbstbestimmter und ausgeglichener den Familienalltag zu managen.

1-teilige ElternWorkstatt



Doris und Mag. Karl Witzmann
Dipl. Erwachsenenbildnerin;
AHS-Direktor i. R.

ZUM GLÜCK GIBT ES GROSSELTERN - ODER?

Großeltern werden immer jünger, sie sind aktiv, lebenserfahren und stehen meist mitten im Berufsleben. Und sie passen kaum noch in das klassische Oma/Opa-Bild.

Unverändert erleben wir jedoch nach wie vor die oft sehr liebevollen und unbefangenen Beziehungen zwischen Enkelkindern und Großeltern, während zwischen Eltern und Großeltern unterschiedliche Erwartungen, Erziehungsfragen und Abhängigkeiten zum Zündstoff werden können.

1-teilige ElternWorkstatt



Region:
Pinzgau
Pongau
Lungau
Tiroler Teil

Sabine Schäffer

Dipl. Früherzieherin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin



Region:
Stadt Salzburg,
Flachgau
Tennengau

Mag.^a Evelyn Stelzl

Dipl. Elternbildnerin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

EIN EI GLEICHT DEM ANDEREN, ODER?

Die frühkindliche Entwicklung

Eltern wollen ihr Kind angemessen ins Leben begleiten und ihm Raum geben, sein unvergleichliches Potential in seinem eigenen Tempo bestmöglich zu entwickeln. Wir setzen uns mit folgenden Fragen auseinander:

- Was kann mein Kind in welchem Alter?
- Wie kann ich mein Kind fördern ohne es zu überfordern?
- Wie kann mein Kind spielend lernen?
- Wie kann ich mein Kind ermutigen, ohne es zu verwöhnen?

**1-teilige ElternWerkstatt,
auch für Eltern-Kind-Gruppen buchbar**

TROTZ LASS NACH

Wenn ein Kind seinen Willen entdeckt und Neues ausprobieren möchte, erfährt es auch Grenzen. Dabei kann es zu unterschiedlichen und teilweise heftigen Gefühlsausbrüchen kommen. Wir setzen uns mit folgenden Fragen auseinander:

- Was ist die Trotzphase und warum ist sie so wichtig?
- Wie wird das Kind in dieser Phase gut begleitet?
- Was ist für Eltern hilfreich?

**1-teilige ElternWerkstatt,
auch für Eltern-Kind-Gruppen buchbar**



Region:
Stadt Salzburg,
Flachgau,
Tennengau

Mag.^a Evelyn Stelzl
Dipl. Elternbildnerin, Eltern-Kind-Gruppen-
leiterin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin



Region:
Pinzgau,
Pongau,
Lungau,
Tiroler Teil

Anke van Erkelens-Autrum
Trainerin für Bewegungserziehung,
Eltern-Kind-Gruppenleiterin

KRATZEN, BEISSEN, TRETEN

Umgang mit aggressivem Verhalten
bei Kleinkindern

Die kindlichen Ausdrucksformen, um sich bei Gleichaltrigen durchzusetzen, sind in den ersten Lebensjahren noch sehr körperlich, da Sprache erst in Entwicklung ist. Kleinkinder probieren im Sozialverhalten Möglichkeiten aus, die ihnen auch ohne Sprache zur Verfügung stehen. Dabei kommt es oft zu Konflikten.

Wir setzen uns mit folgenden Fragen auseinander:

- Welche Aggressionen haben Kleinkinder und wozu sind sie gut?
- Was braucht das Kind an Begleitung um sich angemessen ausdrücken zu lernen?
- Was ist für Eltern hilfreich?

1-teilige ElternWerkstatt,
auch für Eltern-Kind-Gruppen buchbar



Region:
gesamte Erzdiözese

Mag. Armin Raderbauer
Psychologe, Sportwissenschaftler



Region:
gesamte Erzdiözese

Mag.^a Daniela Römer
Psychologin, Dipl. Sexualpädagogin



Region:
gesamte Erzdiözese

Mag.^a Gabriele Rothuber
Dipl. Sexualpädagogin



Region:
gesamte Erzdiözese

Christopher Starka
Trainer für Gewaltpräventionsmaßnahmen

DARÜBER REDEN?!

Sexualerziehung und Missbrauchsprävention im Kindergarten- und Volksschulalter

95 % der TäterInnen von sexuellem Missbrauch kommen aus dem nahen sozialen Umfeld der Kinder. Ein Warnen vor „Unbekannten“ zielt daran vorbei. Selbstwertstärkung, altersgemäße biologische Aufklärung und sogenannte Präventionsbotschaften sind Inhalt dieser Eltern-Werkstatt.

Erster Abend: Sexualerziehung

- Ab wann ist Aufklärung sinnvoll?
- Was interessiert Kinder in welchem Alter?
- Wo endet sexuelle kindliche Neugier und wo beginnt der sexuelle Übergriff unter Kindern?
- Welche Fragen beschäftigen mein Kind, und wie kann ich sie beantworten?

Am zweiten Abend stehen die Präventionsgrundsätze im Mittelpunkt: z. B. „Mein Körper gehört mir“, „Ich darf Nein sagen“. Sie erfahren, wie Sie diese Grundsätze im Familienalltag verankern können, um Ihr Kind zu stärken.

2-teilige ElternWerkstatt

In Kooperation mit dem Verein Selbstbewusst

SCHUTZ VOR SEXUELLEM KINDESMISSBRAUCH



Und was Sie tun können

Da der Großteil der TäterInnen aus dem nahen sozialen Umfeld stammt, nützen Warnungen vor bösen Unbekannten nur sehr begrenzt. Wie können wir Kindern Schutz geben ohne sie permanent zu beaufsichtigen?

In dieser ElternWerkstatt erfahren Sie,

- wie Sie Ihr Kind vor sexuellem Missbrauch schützen können ohne es zu ängstigen. Denn: Prävention gibt Kindern Selbstbewusstsein und Stärke
- welchen Zusammenhang „Aufklärung“ und Kinderschutz haben
- welche Strategien TäterInnen verfolgen
- welche Symptome es gibt und was Sie bei Missbrauchsverdacht unternehmen können

1-teilige ElternWerkstatt

In Kooperation mit dem Verein Selbstbewusst

Ein Angebot: mehrere ReferentInnen



Region:
gesamte Erzdiözese

Sonja Messner, MA
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Pädagogin



Region:
gesamte Erzdiözese

Mag. Martin Seibt, MSc
Medienpädagoge, Kommunikationstrainer

MEIN KIND, MEINE MEDIEN UND???

Möglichkeiten und Risiken bei der Mediennutzung mit Kleinkindern

Eltern möchten ihr Kind vor Gefahren bestmöglich schützen. Gleichzeitig ist es ihnen wichtig, dass ihr Kind selbstständig auf Entdeckungsreise geht, Neues lernt und wichtige Kompetenzen für die spätere Alltags- und Schulwelt erwirbt. Vor allem wenn es um Fernsehen, Computer, Internet und Handy geht, geraten Eltern oft in einen Zwiespalt.

Wir betrachten die passive Mediennutzung, das Auswirken des eigenen Medienkonsums bzw. das der älteren Geschwister. Ziel ist eine der Entwicklungsstufe und den Bedürfnissen des Kindes entsprechende Mediennutzung.

1-teilige ElternWerkstatt

MEIN KIND, DIE MEDIEN UND ICH

Chancen und Risiken im Umgang mit Computer, Internet und Handy

Eltern möchten ihr Kind vor Gefahren bestmöglich schützen. Gleichzeitig ist es ihnen wichtig, dass ihr Kind selbstständig auf Entdeckungsreise geht, Neues lernt und wichtige Kompetenzen für die spätere Alltags- und Arbeitswelt erwirbt. Vor allem wenn es um Fernsehen, Computer, Internet und Handy geht, geraten Eltern in Zwiespalt.

Sie erfahren, welche Wünsche und Bedürfnisse Kinder/Jugendliche durch Mediennutzung abdecken und wie Sie kompetent reagieren können. Ziel ist eine den sozialen Bedürfnissen der Kinder/Jugendlichen entsprechende Mediennutzung zu vereinbaren und Tipps für ein gedeihliches Miteinander.

1-teilige ElternWerkstatt

Impressum: Medieninhaber/Herausgeber/Redaktion:
Katholisches Bildungswerk Salzburg, Eltern-Kind-Zentrum
Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen,
ZVR: 709030756. F.d.l.v.: Mag.^a (FH) Ilona Pichelstorfer und
Mag.^a DDr.ⁱⁿ Henrike Winkler; Auflage Sept. 2018