

# » ELTERN BILDUNG



## Vorträge in Kindergärten 2016-17

»

### Unsere Themen:

- » Entwicklung/Psychologie
- » Erziehung macht stark
- » Zusammen leben
- » Clevere Familie
- » Gesundheit
- » Väter und Jungs
- » Medien
- » Angebote für Mama/Papa/Oma/Onkel... mit Kind
- » Vorträge in türkischer Sprache
- » Organisatorischer Ablauf

## Vorträge in Kindergärten

»

*Elternbildung...*

*... Impulse für den Alltag mit Kindern*

Elternbildung eröffnet Räume, in denen Menschen, die Kinder begleiten, in Kontakt und Austausch mit andern kommen, mehr über sich selber und ihre Rolle als Erziehende erfahren, Informationen erhalten und dadurch ihren Handlungsspielraum erweitern können.

Der Kindergarten ist nicht nur ein Ort, an dem sich Kinder bilden und weiterentwickeln, sondern kann und soll auch Raum für Begegnung und Informationsweitergabe für Eltern sein.

Vorträge in Kindergärten:

- » unterstützen die KindergartenpädagogInnen in ihrer Elternarbeit
- » erfüllen alle Voraussetzungen um breite Bevölkerungsschichten anzusprechen

### **Sprach- und Leseförderung**

Spezielle Angebote zur Sprach- und Leseförderung finden Sie im separaten Angebotsheft „Plaudertasche und Lesetiger“

### **Vortrag mit Übersetzung**

Die meisten unserer Angebote können Sie auch mit Übersetzung in eine andere Sprache buchen. Bitte kontaktieren Sie uns!

### **Vortragsthema nicht gefunden?**

Sie wollen in Ihrer Institution ein Vortragsthema anbieten, das nicht in diesem Angebotsheft zu finden ist? Wir beraten Sie gerne! Weitere Themen und Angebote finden Sie auch auf [www.elternbildung-vorarlberg.at](http://www.elternbildung-vorarlberg.at)

### **Organisatorisches**

Den organisatorischen Ablauf sowie die Kosten unserer Angebote finden Sie am Ende dieser Broschüre.

**Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen!**

## Entwicklung/Psychologie

»

» Neu

### „Weinen, lachen, wütend sein – dafür bin ich nicht zu klein“

*„Ein Indianer kennt keinen Schmerz! Bis du verheiratet bist, ist alles wieder gut! Du musst doch keine Angst haben!“*

Stimmt das denn? Und helfen uns und unseren Kindern diese Aussagen weiter, wenn das aufgeschlagene Knie weh tut, die Trauer riesengroß ist, weil wir das Lieblingskuscheltier vergessen haben oder die Angst nicht zu vertreiben ist, wenn Monster unter dem Bett sein könnten?

In diesem Vortrag geht es darum, wie wir unsere Kinder und ihre Gefühle ernst nehmen können, ohne ihre Empfindungen zu verharmlosen oder zu dramatisieren. Die eigenen Gefühle spüren zu dürfen, sie benennen und mit ihnen umgehen zu können, hilft uns gut und gesund durchs Leben zu kommen.



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Christine Schnetzer, Erziehungswissenschaftlerin, Kindergartenpädagogin, jahrelange Erfahrung in der Erwachsenen- und Elternbildung, Mutter von zwei Kindern

» Neu

### Ich spüre mich, deshalb gibt es mich

*Sensomotorische Wahrnehmungsförderung im Alltag*

Bewegen, Wahrnehmen und Lernen sind in der kindlichen Entwicklung eng miteinander verknüpft.

Besonders das Spüren und Wahrnehmen des eigenen Körpers und seine Beziehung zur Umwelt ist eine Grundlage für Fähigkeiten wie Schreiben, Rechnen, sich konzentrieren können, aufmerksam zuhören, bei einer Sache bleiben, aber auch sich auf neue Situationen einlassen können, sich im eigenen Körper wohlfühlen und bereit sein, Neues zu entdecken.

Die sensomotorische Wahrnehmungsförderung schafft die Grundlage für diese Fähigkeiten, denn wenn die Sinne des Körpers gut miteinander arbeiten, geben sie dem Kind Sicherheit für die weitere Entwicklung. So wird das Fundament für jegliches Lernen geschaffen.

Im Vortrag wechseln sich theoretische Inhalte ab mit Tipps, Spielen und Ideen für die sensomotorische Wahrnehmungsförderung im Alltag.



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Nadine Fink-Peer, Heilpädagogische Frühförderin, Kindergartenpädagogin, Erziehungswissenschaftlerin, Zusatzqualifikation „Sensorische Integration und sensomotorische Wahrnehmungsförderung“, Mutter von drei Kindern

## Entwicklung/Psychologie

»

### Kinder brauchen Sicherheit und Verbundenheit

Aktuelle Forschungen belegen, dass unsere frühesten Erfahrungen die Persönlichkeitsentwicklung am stärksten prägen. Erfährt ein Kind von Anbeginn seines Lebens Schutz und liebevolle Verbindung, stärkt dies seine gesamte Entwicklung bis ins Erwachsenenalter hinein. Immer da, wo Eltern und die Gesellschaft – wir alle - fragen, was das Kind braucht, schaffen wir einen sicheren Raum und Verbundenheit mit dem Kind. Die Absicht dieses Vortrags ist es, die Erlebens- und Sichtweise eines Kindes näherzubringen und ein Verständnis für das, was ein Kind wirklich braucht, zu stärken.



Referentin:

Mag.ª Sabine von der Thannen-Hächl, drei Kinder, Klinische und Gesundheitspsychologin, Dipl. Kinderkrankenschwester

» Neu

### Kämpfen, Balgen, Berühren - und die Entdeckung des Ursprünglichen Spiels (Original Play®)

Berührung ist ein brisantes Thema voller Missverständnisse. Was ist der Unterschied zwischen Spielen und Kämpfen? Wie gehen wir als Erwachsene adäquat mit dem Bedürfnis nach Beziehung und Berührung um?

Die Entdeckung des Ursprünglichen Spiels, in dem es kein Gewinnen und Verlieren gibt, ermöglicht uns völlig neue Perspektiven. Es hilft uns, einen anderen Blick auf die Kinder zu gewinnen, Aggression und Handgreiflichkeiten anders zu begleiten, unseren Kontakt zu den Kindern zu verändern und auch selbst eine neue innere Haltung zu entwickeln, die geprägt ist von Arglosigkeit, Offenheit und Präsenz.

Erfahrungen aus der eigenen Praxis führen ein in das von Fred Donaldson entdeckte Ursprüngliche Spiel, Original Play®. Donaldson spielt und forscht seit über 40 Jahren weltweit mit Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und mit wilden Tieren.



Referent:

Mag. Steve Heitzer, Vater von drei Kindern, Pädagoge, Theologe, Achtsamkeitslehrer und langjähriger Schüler von Fred Donaldson (Original Play®). 16 Jahre Erfahrung in Kindergarten, Schule und in der Elternarbeit. Autor des Buches „Kinder sind nichts für Feiglinge. Ein Übungsweg der Achtsamkeit“ (Arbor)

» Themen

» Buchung

## Entwicklung/Psychologie

»

### **„Mama, war ich auch in deinem Bauch?“**

Kinder sind von Natur aus neugierig, sie beobachten genau und suchen nach Erklärungen, sie stellen Fragen und erwarten Antworten. Dies betrifft auch den Bereich Sexualität und Aufklärung. Eltern reagieren oft unsicher: Wann ist es Zeit, ein Kind aufzuklären? Wie finde ich die richtigen Worte? Wie genau beantworte ich Fragen? Wie gehe ich mit sexualisierten Schimpfworten um? Wie reagiere ich, wenn mein Kind sich selbst befriedigt oder bei Doktorspielen? Kinder können von ihren Eltern lernen, offen, selbstbewusst und verantwortungsvoll ihren Körper zu entdecken und damit umzugehen.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

## Erziehung macht stark

»

### **Stark durch Erziehung - Eltern stärken ihre Kinder**

#### *Das selbstbewusste Kind*

In unserer sich stetig wandelnden Gesellschaft brauchen unsere Kinder ein hohes Maß an Selbständigkeit und Selbstvertrauen. Welche Eigenschaften brauchen unsere Kinder, die Ihnen das Leben in einer Gemeinschaft erleichtern? Gerade im Kindergarten und Volksschulalter können Eltern sehr viel dazu beitragen, dass Kinder ein gesundes Selbstbewusstsein haben.

Mit konkreten Alltagsbeispielen werden wir die Förderung des Selbstbewusstseins kennenlernen. Beispiele aus dem Alltag mit Kindern und Anregungen aus der Forschung wird Angelika Braza aufzeigen. Damit es Eltern heute gelingt, Kinder stark für den Alltag zu machen und sie auf diesem Weg der Persönlichkeitsentwicklung unterstützen zu können.



Referentin:

Angelika Braza, Dipl. Familien- und Erziehungsberaterin, zert. Elterncoaching, Gütesiegel der Elternbildung, ORF Erziehungsexpertin, eigene Praxistätigkeit für psychosoziale Beratung

### **Wie Erziehung gelingen kann**

#### *Neue Ansätze für den Alltag mit unseren Kindern*

Alte Bilder wie autoritäre oder antiautoritäre Erziehung haben längst ausgedient. Neue Theorien sprechen eine ganz andere Sprache. Aber was ist wirklich dran? Können wir im Erziehungsalltag davon profitieren? Bieten sie Orientierung in einer Zeit, in der wir uns einerseits zwischen so vielen Möglichkeiten entscheiden müssen und andererseits den Kindern Sicherheit vermitteln und Halt geben sollten? Wie die Theorie der „Neuen Autorität“ die Erziehung revolutioniert und neue Perspektiven eröffnen kann, wird Inhalt dieses Vortrages sein



Referent:

Mag. Harald Anderle, Psychologe, Psychotherapeut im Vorarlberger Kinderdorf, verheiratet, Vater von vier Kindern

### **Erziehen wird immer schwieriger**

Wie entsteht dieser Eindruck? Ist unser Leben komplizierter geworden? Eltern wünschen sich für die Zukunft ihrer Kinder nur das Beste. Sie sollen selbstbewusst durchs Leben gehen, erfolgreich sein, Probleme bewältigen können und glückliche Erwachsene werden.

All dies ist nicht einfach zu erreichen!

Das Wichtigste für eine positive Entwicklung von Kindern ist, eine zuverlässige, liebevolle Bezugsperson zu sein, die Zuwendung gibt, aber auch Respekt und Struktur fordert.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

## Erziehung macht stark

»

### Tipps und Tricks im Alltag mit Kindern



*„Wie oft muss ich Dir noch sagen...!?“ „Jetzt habe ich es Dir schon hundertmal gesagt...!“*

Manchmal sind Eltern einfach ratlos. Alles gute Zureden, Erklären, Überreden und auch Strafen nützt nichts (mehr). Ist das denn normal oder habe ich etwas falsch gemacht? Welche „Tipps und Tricks“ gibt es für solche und andere alltägliche Situationen, die einem manchmal den letzten Nerv rauben können?

Referentin:

Manuela Lang, BA, staatlich anerkannte Kindheitspädagogin (Studium Frühpädagogik), Dipl. Sozialmanagerin, Lehrgangsleitung und Referentin in der Ausbildung zur Kleinkind- und Spielgruppenbetreuung, Mitbegründerin und pädagogische Leitung der Kinderkrippe SPAZII, Eltern-Trainerin & Familienbegleitung, Mutter von zwei Kindern

» Neu

### Mit Kindern Konflikte lösen

*Wie reden wir miteinander? Wie streiten wir miteinander?*

Wo Menschen zusammenleben, gibt es Konflikte. Wir erleben sie zumeist als belastend, und treten sie gehäuft auf, ohne dass wir sie bewältigen können, werfen sie einen dunkeln Schatten auf unser Leben.

Diverse Meinungsverschiedenheiten und Belastungen, wie beispielsweise Trotzreaktionen, Gehorsam, Umgang mit Disziplin stören häufig den Familienfrieden. Sofern das positive familiäre Klima aus dem Gleichgewicht gerät, ist es wichtig, trotz unterschiedlicher Standpunkte respektvoll miteinander umzugehen.

In diesem Vortrag gibt Angelika Braza Tipps und Anregungen für einen gelingenden Familienalltag. Es werden typische Konfliktthemen der Erziehung, sowie praktische und konkrete Antworten darauf angesprochen.



Referentin:

Angelika Braza, Dipl. Familien- und Erziehungsberaterin, zert. Elterncoaching, Gütesiegel der Elternbildung, ORF Erziehungsexpertin, eigene Praxistätigkeit für psychosoziale Beratung

### Gib den kleinen Kindern Wurzeln, den Großen aber gib Flügel

*„Wir sollten uns weniger bemühen, den Weg für unsere Kinder vorzubereiten, als vielmehr unsere Kinder für den Weg.“ (aus den USA)*

Erziehen heißt nicht, Kinder zu belehren und zu korrigieren, sondern ihnen Geborgenheit zu schenken, ihnen Zuversicht und Vertrauen mitzugeben, sie zu diesem ihrem Leben zu ermutigen und zu befähigen. Dazu gehört, das Kind von Anfang an lieben zu wollen, es anzunehmen, wie es ist, seine Begabungen zu entdecken und zu fördern, seine persönliche Entwicklung zu respektieren, aber auch Grenzen zu setzen, und vieles andere, dem wir an diesem Abend gemeinsam nachgehen wollen.



Referentin:

Irmgard Fleisch, Mutter von fünf erwachsenen Kindern, 11 Enkelkinder, seit mehr als 25 Jahren in der Jugendarbeit und Erwachsenenbildung tätig

## Erziehung macht stark

»

» Neu

### „Ich bin Ok, so wie ich bin“

*Wie Kinder ein gesundes Selbstgefühl entwickeln*

Es ist nur eine Generation vergangen, seit das „Selbst“ des Kindes als etwas angesehen wurde, das die Eltern unterdrücken sollten.

Heute wissen wir, ein gesundes Selbstgefühl ist eine wichtige Voraussetzung für das Wohlbefinden von uns Menschen und für unsere Fähigkeit, harmonische Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen. Es ist auch das beste psychosoziale „Immunsystem“ in schwierigen Situationen. Zudem ist ein gesundes Selbstgefühl das beste Fundament für das Lernen, sei es durch Spiel oder Unterricht. Im Laufe dieses Vortrags werden sie viel Wissen darüber erlangen, wie sie ihr Kind unterstützen können. Die Begriffe Selbstgefühl und Selbstvertrauen werden differenziert.

Basierend auf der familylab-Philosophie, den 4 Werten, die ein Leben lang tragen.



Referentin:

Wischenbart Angelika, familylab-Seminarleiterin, Mutter von 2 Jungs

### Durch Erziehung Stärke entwickeln – ernstnehmen und verstehen

*Erziehung soll Kinder in vielerlei Hinsicht unterstützen:*

Um ihr Leben gestalten zu lernen, um Herausforderungen zu begegnen, um Beziehungen einzugehen, um Rückschläge zu verkraften, um andere Meinungen zu akzeptieren und vieles mehr. Neben Nahrung und Kleidung brauchen Kinder Liebe und Geborgenheit sowie die Möglichkeit, die Welt zu erkunden.

In diesem Vortrag geht es um 8 Kernpunkte, die wesentliche Merkmale einer „starken Erziehung“ ausmachen.



Referentin:

Mag.ª Christine Schnetzer, Kindergartenpädagogin, Erziehungswissenschaftlerin, langjährige Erfahrung in der Elternbildung, Mutter von zwei Söhnen

## Erziehung macht stark

»

### Kommunikation im Alltag mit Kindern

*So reden, dass Kinder zuhören, so zuhören, dass Kinder reden*

Reden und zuhören ist manchmal eine besondere Herausforderung. Wir alle kennen Situationen wie diese: Sie haben sich z.B. bewusst vorgenommen, mit Ihrem Kind „ganz sachlich“ über etwas Bestimmtes zu sprechen. Trotzdem bleibt das Gespräch am Ende unzufriedenstellend. Im Kreislauf von „Du musst“, „Du sollst“ und „Kannst du nicht“ wird es schwer, unsere Bedürfnisse zu formulieren und Entscheidungen zu treffen. Viele Eltern klagen: „Mein Kind hört einfach nicht zu, wenn ich ihm etwas sage!“ Was aber macht eine gelungene Kommunikation aus? Wie können Eltern und Kinder besser miteinander reden? Warum hören Kinder zuweilen gar nicht zu, was ihre Eltern ihnen sagen? Angelika Braza gibt konkrete Tipps wie Sie und Ihre Kinder zuhören und reden, sodass eine gute Kommunikation stattfinden kann. Interessant auch für pädagogisch Tätige.



Referentin:

Angelika Braza, Dipl. Familien- und Erziehungsberaterin, zert. Elterncoaching, Gütesiegel der Elternbildung, ORF Erziehungsexpertin, eigene Praxistätigkeit für psychosoziale Beratung

### Kinder zwischen Konsum und Kreativität!

Radio, Fernsehen, Unterhaltungsindustrie und gesellschaftlicher Druck drohen mehr und mehr unsere Kinder zu reinen Konsumenten zu machen und ihre schöpferischen Kräfte zu unterdrücken. An diesem Abend (Nachmittag) wollen wir miteinander überlegen, wie wir die Eigeninitiative unserer Kinder erhalten und fördern und sie zu selbstständigen, schöpferischen Menschen erziehen können.



Referentin:

Irmgard Fleisch, Mutter von fünf erwachsenen Kindern, 11 Enkelkinder, seit mehr als 25 Jahren in der Jugendarbeit und Erwachsenenbildung tätig

### Grenzen setzen - ohne zu verletzen

*„Nein, du sollst nicht...!“ „Nein, das darfst du nicht...!“ „Mach!“*

Grenzen aufzeigen heißt, verantwortlich Orientierung zu geben und Kindern Werte und Regeln des Zusammenlebens vorzuleben und vorzugeben - mit dem Bewusstsein, dass Grenzen Halt und Sicherheit geben. Viele Eltern sind entmutigt, wenn sie zum x-ten mal das Gleiche sagen und das Kind verweigert sich. Wir werden uns Beispiele aus dem Leben mit Kindern anschauen, die in Verbindung mit Grenzen setzen stehen und dabei lernen, wie man wertschätzend Grenzen setzen kann.



Referentin:

Angelika Braza, Dipl. Familien- und Erziehungsberaterin, zert. Elterncoaching, Gütesiegel der Elternbildung, ORF Erziehungsexpertin, eigene Praxistätigkeit für psychosoziale Beratung

## Erziehung macht stark

»

### „Ich bin einzigartig und darf es auch sein!“

Wir leben in einer Zeit, in der wir viele Aspekte in unserem Leben über Leistung und Perfektion definieren. Oft übertragen wir das schon auf unsere Kleinsten.

„Mein Kind kann schon krabbeln – deines auch?“

„Mein Kind geht problemlos in den Kindergarten – deines auch?“

„Mein Kind hat lauter Einser – deines auch?“

Kinder sind einzigartig und trotzdem vergleichen wir sie, was manchmal Unsicherheiten oder unnötigen Druck auf Eltern und Kinder auslösen kann.

Kinder sind einzigartig und sollen es auch sein dürfen!



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Christine Schnetzer, Kindergartenpädagogin, Erziehungswissenschaftlerin, langjährige Erfahrung in der Elternbildung, Mutter von zwei Söhnen

### Kindern Grenzen setzen – wann und wie?

*Wann ist der richtige Zeitpunkt Nein zu sagen?*

Grenzen setzen heißt: Einen Rahmen abzustecken, Orientierung zu ermöglichen, Schutz und Sicherheit zu geben ohne autoritär zu sein.

Soll ich milder oder strenger sein? Soll ich das Kind führen oder es ausprobieren lassen?

Grenzen setzen heißt: Dem Kind einiges zuzutrauen, ihm möglichst viel Freiheit zu lassen ohne es zu überfordern.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### „Hilfe, mein Kind nervt mich?“

Ein Abend für Eltern und Erzieher, denen die Kinder gelegentlich auf die Nerven gehen, und die deswegen ein schlechtes Gewissen haben: Wir „müssen“ unsere Kinder doch „immer“ lieben!

Wie gehen wir mit diesem Zwiespalt um? Wie mit „strapaziösen“ Kindern und wie mit unsern ohnedies angespannten Nerven und ständig überforderten Kräften?

Ein Abend, der uns bei unserer erzieherischen Aufgabe helfen und dazu ermutigen soll.



Referentin:

Irmgard Fleisch, Mutter von fünf erwachsenen Kindern, 11 Enkelkinder, seit mehr als 25 Jahren in der Jugendarbeit und Erwachsenenbildung tätig

## Erziehung macht stark

»

**Zweiteiliges Vortragsangebot zum Themenbereich kindgerechte Erziehung und Stärkung für Eltern mit Kindern zwischen 3 und 7 Jahren:**

### **1. Vortrag: „Mama, warum hat die Frau so einen dicken Bauch?“**

...und „Wie ist denn das Baby da rein gekommen?“ Kinder im Alter von drei bis sechs stellen uns viele Fragen. Sie entdecken ihre Identität, den Unterschied der Geschlechter und werden neugierig. Fragen die uns manchmal schmunzeln lassen oder auch in Verlegenheit bringen.

Es ist noch gar nicht lange her, da sprach man über Sexualität im Flüsterton oder auch gar nicht, weil die Sprache dafür fehlte. Mittlerweile weiß man, dass die Sexualentwicklung ein wichtiger Bestandteil für die gesunde Entwicklung von Kindern ist. Eine kindgerechte Sexualerziehung bedeutet dabei aber viel mehr als „nur“ eine kindgerechte Aufklärung. Es geht darum Kinder in ihren Bedürfnisse und Gefühlen liebevoll zu begegnen, sie in ihrem Körpergefühl und Geschlecht positiv zu bestätigen und Kinder in der Gestaltung von Beziehungen zu unterstützen.

Themen des Abends:

- » Sexualerziehung im Vorschulalter, wozu das denn?
- » Sexualerziehung und ihre Ziele
- » Die psychosexuelle Entwicklung von Kindern
- » Was hat der Löwe in Afrika mit kindgerechter Sprache zur Sexualität zu tun

### **2. Vortrag: Mutmach-Abend zum Schutz vor sexuellem Missbrauch**

Ein Thema das uns den Bauch zusammenzieht - es macht uns wütend, traurig, hilflos oder man möchte am liebsten nicht darüber nachdenken und es weit weg schieben. Aber es gibt eine gute Nachricht in diesem Zusammenhang: Je mehr Menschen sich diesem Thema zuwenden, je eher können Kinder geschützt werden. An diesem Abend wollen wir bewusst hinschauen, Strategien von Tätern aufzeigen und vor allem besprechen, was Eltern im Erziehungsalltag leisten können, um Kinder stark zu machen, ohne ihnen Angst zu machen

Themen des Abends:

- » Botschaften die Kinder in ihrem Selbstwert stärken
- » Strategien von Tätern und was man im Erziehungsalltag dagegen machen kann
- » Was kann man tun, wenn ein Kind sich einem anvertraut oder wenn man einen Verdacht hat
- » Konkrete Schritte wie man Missbrauch vorbeugen kann und welche Informationen Kinder brauchen

Dieser Vortrag ist nur in Kombination mit dem Vortrag „Mama, warum hat die Frau so einen dicken Bauch?“ buchbar.



Referentin:

Mag.ª Verena Punter, Klinische und Gesundheitspsychologin, Leiterin des Kinderhauses in Nenzing

## Erziehung macht stark

»

### Die Kunst gelassen zu erziehen

Eltern zu sein, ist eine große Herausforderung – immer wieder werden wir an unsere Grenzen gebracht und manchmal darüber hinaus. Hinzu kommt die Unsicherheit, wie wir mit unseren Kindern umgehen sollten. Mehr Geborgenheit und Beziehung oder doch mehr Grenzen und Disziplin? Und wie können wir als Erwachsene gelassener werden und die Freude, die das Leben mit Kindern mit sich bringt, mehr genießen?

Und wie kann ich herausfinden, was ein Kind jeweils braucht, um sich harmonisch entwickeln zu können?

Hier kann die Praxis der Achtsamkeit eine wirksame Möglichkeit sein, mit uns selbst und unseren Kindern in Einklang zu kommen und auch in stressreichen Situationen innere Ruhe und Lebensfreude zu bewahren.



Referent:

Lienhard Valentin, Gestaltpädagoge, Achtsamkeitslehrer, Buchautor, Herausgeber der Zeitschrift

„Mit Kindern wachsen“ und bekannt für seine humorvolle und einfühlsame Art, Eltern und Pädagogen die Praxis der Achtsamkeit zu vermitteln

### Fördern ohne zu überfordern

*Fördern Sie Ihr Kind genug?*

*Tun Sie zu wenig - oder zu viel?*

Mütter und Väter meinen es gut, wenn sie ihr Kind möglichst frühzeitig und optimal auf Leistung, sprachliche Kompetenz und Kreativität trimmen.

Dieser Ehrgeiz führt zum Verschwinden der Kindheit und macht allen Beteiligten Druck.

Wie kann man diesem Druck entgehen und ohne schlechtes Gewissen sein Kind „Kind sein“ lassen?

Was brauchen unsere Kinder wirklich?



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

## Zusammenleben

»

### **Einfühlsamer Umgang mit Wut und Aggression**

„Du blöde Mama!“ – Wenn einem der kleine Schatz eines Tages wutschäumend diese Worte um die Ohren knallt, kann einen das schon mal aus der Fassung bringen. Wenn dann auch noch Schreien, Beißen oder Schlagen beim Kind auf der Tagesordnung stehen, weiß man oft nicht mehr weiter. Was sind die Hintergründe für so ein Verhalten? Wie kann man TROTZdem aufmerksam und respektvoll mit dem Kind umgehen, seine Signale verstehen und entsprechend darauf reagieren? Und wie kann man eine achtsame Kommunikation entwickeln und sogar bis zur Pubertät aufrechterhalten?

Zielgruppe: Eltern von Kindern ab 2 Jahren bis zur Pubertät



Referentin:

Manuela Lang, BA, staatlich anerkannte Kindheitspädagogin (Studium Frühpädagogik), Dipl. Sozialmanagerin, Lehrgangsleitung und Referentin in der Ausbildung zur Kleinkind- und Spielgruppenbetreuung, Mitbegründerin und pädagogische Leitung der Kinderkrippe SPAZII, Eltern-Trainerin & Familienbegleitung, Mutter von zwei Kindern

### **Achtsame Kommunikation mit Kindern**

Kinder ins Leben zu begleiten ist gleichzeitig eine große Freude und eine große Herausforderung. Viele Eltern möchten mit ihren Kindern andere Wege gehen, als sie es in ihrer eigenen Kindheit erlebt haben, aber das ist alles andere als leicht. Einerseits möchten wir unsere Kinder einfühlsam ins Leben begleiten, aber wer kennt nicht die Tage, die wir nur hoffen irgendwie zu überstehen.

An diesem Abend geht es vor allem darum, Kinder und ihre Bedürfnisse besser sehen und verstehen zu lernen. Mit anschaulichen Beispielen aus der modernen Bindungs- und Gehirnforschung macht Lienhard Valentin deutlich, wie aus Überlebensmomenten Gelegenheiten werden können, unsere Kinder und ihre Entfaltung zu unterstützen und selbst innerlich zu wachsen.



Referent:

Lienhard Valentin, Gestaltpädagoge, Achtsamkeitslehrer, Buchautor, Herausgeber der Zeitschrift

„Mit Kindern wachsen“ und bekannt für seine humorvolle und einfühlsame Art, Eltern und Pädagogen die Praxis der Achtsamkeit zu vermitteln

## Zusammenleben

»

» Neu

### Mit Kindern richtig reden

*Sie reden und reden, doch das Kind reagiert nicht oder nicht so, wie Sie es gerne hätten.*

Hat es nicht verstanden, was ich will?

Muss ich mich anders ausdrücken?

Wie schaffe ich es, dass das Kind aufmerksam ist?

Wie erreiche ich es, dass es macht, was ich möchte?

Geht es mir nur um das Gehorchen?

Gemeinsam erarbeiten wir Antworten und Lösungen, um im Erziehungsalltag das gegenseitige Verstehen zu verbessern.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### Kinder brauchen keine perfekten Eltern

Die Ansprüche an Eltern sind hoch. Kinder, Familie, Umfeld, Beruf, Freizeit, ... alles soll unter einen Hut gebracht werden, alles soll möglichst perfekt bewältigt werden. Wer das nicht schafft, fragt sich: „Bin ich eine gute Mutter? Bin ich ein guter Vater?“

Perfektion in der Erziehung führt dazu, dass Eltern ihre eigenen Bedürfnisse übersehen und das Gefühl bekommen, nicht gut genug zu sein. Perfektion führt zu Überlastung, Unzufriedenheit mit sich selbst und kann krank machen. Darunter leiden auch Beziehungen.

Kinder brauchen keine Supermütter oder Überväter, sondern Eltern mit gesundem Hausverstand.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

## Zusammenleben

»

» Neu

### **Aufwachen und in Berührung kommen – mit deinen Kindern, dem Leben und dir selbst**

*Leben mit Kindern als spiritueller Übungsweg.*

Manchmal scheint es, als müssten wir zuerst irgendwo durch, bevor wir durchatmen und leben könnten. Doch plötzlich sind wir durch und das nächste ist zu erledigen, oder ein weiteres Jahr ist überstanden oder „die Kinder sind groß“. Und wir haben vor lauter Tun verpasst, mit ihnen einfach zu sein.

Seit Jahrtausenden versuchen Menschen dieses (Da)Sein in der formaler Meditation zu üben. Doch wir können uns auch im Alltag mit unseren Kindern im Sein üben, unsere Aufmerksamkeit nach innen und außen schulen und Herz und Sinne öffnen – Grundkompetenzen aller großen spirituellen Wege.

Diese Übung der Achtsamkeit hilft uns, aufzuwachen und uns einzulassen auf schwierige Momente und auf Augen-Blicke der Leichtigkeit. Dann hören wir die Vögel wieder zwitschern und unsere Kinder singen. Dann verpassen wir nicht mehr, wie das Essen und wie unser Leben schmeckt. Und dann lernen wir, uns hinzugeben und zugleich Verantwortung zu übernehmen – für uns selbst und unsere Kinder.



Referent:

Mag. Steve Heitzer, Vater von drei Kindern, Pädagoge, Theologe, Achtsamkeitslehrer und langjähriger Schüler von Fred Donaldson (Original Play®). 16 Jahre Erfahrung in Kindergarten, Schule und in der Elternarbeit. Autor des Buches „Kinder sind nichts für Feiglinge. Ein Übungsweg der Achtsamkeit“ (Arbor)

» Neu

### **Wann wird aus Förderung Überforderung?**

Wir wollen das Beste für unsere Kinder. Sie sollen nichts verpassen und die besten Chancen haben. Jetzt und in der Zukunft. Doch wann wird aus Förderung Überforderung? Brauchen schon die Kleinsten Förderkurse, den Fußballverein, die Musikschule UND Nachhilfe in Lesen, Schreiben und Rechnen, um gut durchs Leben zu kommen? Verbauen wir ihnen Erfolgsaussichten, wenn wir etwas davon weg lassen oder der Terminkalender unserer Kinder zwischendurch sogar leer ist? Oder liegen vielleicht auch darin Chancen und fördernde Momente?

Mit diesen Fragen und ganz individuellen Antworten darauf beschäftigen wir uns in diesem Vortrag.



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Christine Schnetzer, Kindergartenpädagogin, Erziehungswissenschaftlerin, langjährige Erfahrung in der Elternbildung, Mutter von zwei Söhnen

## Zusammenleben

»

### Geschwisterliebe – Geschwisterrivalität



Eltern freuen sich oft, wenn sie ein zweites Kind planen, dass ihr erster Sprössling nun endlich einen Spielpartner bekommt. Doch ein Geschwisterchen bringt nicht immer den erwarteten Segen ins Haus. Es gibt viele Situationen, in denen scheinbar unwichtige Gründe zum Streit zwischen Geschwistern führen.

Wie entsteht Geschwisterrivalität und was sind die Hintergründe für die „ewigen Streitereien“?

Referentin:

Manuela Lang, BA, staatlich anerkannte Kindheitspädagogin (Studium Frühpädagogik), Dipl. Sozialmanagerin, Lehrgangsleitung und Referentin in der Ausbildung zur Kleinkind- und Spielgruppenbetreuung, Mitbegründerin und pädagogische Leitung der Kinderkrippe SPAZII, Eltern-Trainerin & Familienbegleitung, Mutter von zwei Kindern

### Wenn zwei sich streiten!

„Hilfe, meine Kinder streiten den ganzen Tag“ ist eine vielgehörte Äußerung gestresster Eltern. Auch KindergärtnerInnen und LehrerInnen wissen ein Lied davon zu singen, wie oft sie gezwungen werden, bei Kinderstreitigkeiten einzugreifen.

An diesem Abend gibt Angelika Braza konkrete Anregungen, wie man mit Kinderstreitigkeiten im Erziehungsalltag umgehen kann und welche Regeln für Kinder dabei wichtig sind.



Referentin:

Angelika Braza, Dipl. Familien- und Erziehungsberaterin, zert. Elterncoaching, Gütesiegel der Elternbildung, ORF Erziehungsexpertin, eigene Praxistätigkeit für psychosoziale Beratung

» Neu

### Wir haben ein Einzelkind

*Ist es deshalb benachteiligt?*

Vielleicht sogar ein „armes Kind“, einsam oder ein verwöhnter Egoist?

Wir haben viele Vorurteile gegenüber Einzelkindern: sie sind überbehütet und sie stehen im Mittelpunkt, sind ichbezogen und können nicht teilen, sie sind altklug und sozial wenig kompetent, sogar verhaltensauffällig.

Eben „typisch Einzelkind“?

Was heißt es, ohne Geschwister aufzuwachsen und nur Erwachsene als Bezugspersonen zu haben?

Einzelkinder sind besser als ihr Ruf. Sie verfügen über Stärken, die wir näher beleuchten wollen.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

## Zusammenleben

»

» Neu

### Patchworkfamilien - Chancen und Risiken



Das Zusammenleben in einer Familie ist schon kompliziert genug, wie schafft man es dann in einer Patchworkfamilie? Die Rollen und Zuständigkeiten sind unklar, Kreativität ist gefragt. Das Miteinander eröffnet ein großes Feld an Problemen aber auch an Chancen und Möglichkeiten.

Der Referent berichtet aus seiner langjährigen Erfahrung in der Arbeit mit Menschen, die in unterschiedlichsten Familienformen zusammenleben und lädt dazu ein, eigene Fragen und Beispiele mit zu bringen.

Referent:

Mag. Harald Anderle, Psychologe, Psychotherapeut im Vorarlberger Kinderdorf, verheiratet, Vater von vier Kindern

### Die Bedeutung der (Leih-)Großeltern im Leben des Kindes

An diesem Abend nähern wir uns der Großeltern-Rolle aus unterschiedlichen Blickwinkeln und überlegen, welche Wichtigkeit die leibliche Großeltern-Enkelkind-Beziehung oder eine Leihgroßeltern-Verbindung in unserer Familie bereits hat oder zukünftig bekommen könnte.

Nach einem theoretischen Input erinnern wir uns an eigene Erlebnisse und befassen uns mit der Rolle der Großeltern unserer Kinder (in der Regel sind es zwei Paare, jedoch ergeben sich infolge von Scheidungen, Patchworkfamilien oder Leihgroßelternschaft auch andere Situationen). Derart vielfältige Erfahrungen bilden die Basis für ein gemeinsames Nachdenken über diese besonders emotionale Beziehung, wobei familiäre Rahmenbedingungen, Kinderbetreuung sowie gegenseitige Ansprüche und Grenzen erörtert werden.

Ziel des Abends ist es, die Bedeutung der Großelternschaft aufzuzeigen und eine wertschätzende Generationenbeziehung zu fördern.



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Elisabeth K. Böhler, MA, verheiratet, sechs erwachsene Kinder und neun Enkelkinder, Pädagogin und Ethnologin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Lebens- und Sozialberaterin

## Zusammenleben

»

» Neu

### Eltern werden – Paar bleiben

*Jedes Kind verändert die Partnerschaft nachhaltig:*

Es ist gar nicht so einfach, nicht nur als Eltern zu funktionieren, sondern auch als Liebespaar zu bestehen.

Wie kann ich Räume für mich und meine Partnerschaft schaffen?

Welche Bedeutung hat in dieser Phase die Sexualität in unserer Beziehung?

Am Abend treffen verschiedene Lebenswelten aufeinander, in der einen von der Arbeit und der andere von den Kindern spricht. Was verbindet uns als Paar?

Es würde mich sehr freuen, wenn dieser Vortrag neue Impulse gibt und vor allem dazu dient eine erfüllende und zufriedene Paarebene zu finden oder zu halten.



Referentin:

Mag. Gudrun Posch, Studium in Erziehungs- und Sozialwissenschaft, Schwerpunkt Grundlagen der Psychotherapie und Beratung, Sexualpädagogin, verheiratet, 3 Kinder

» Neu



### Was Sie immer schon über Männer wissen wollten (für Frauen)

Manchmal haben Frauen das Gefühl, Männer seien von einem gänzlich anderen Stamm. Männer zu verstehen ist dann fast wie Fremdsprachen lernen. Dabei sind Männer von sich selbst überzeugt, sie hätten die einfachste Bedienungsanleitung der Welt.

Referent:

Dr. Markus Hofer leitete viele Jahre das Männerbüro in Vorarlberg - also ein Mann, der glaubt, sich bei Männern etwas auszukennen. An diesem Abend (Vormittag) wird er uns Frauen zu unseren anonymen Fragen Rede und Antwort stehen.

» Neu

### Wir Naturkinder - mit der Natur und in der Natur

Es ist wertvoll in unserer schnelllebigen Zeit, Ruheoasen in der Natur für die ganze Familie zu schaffen. Wie viel einfacher und entspannter gelingt der Familienalltag, wenn wir unser Leben an die Rhythmen der Jahreszeiten anpassen, uns als Teil der Natur spüren und diese mit allen Sinnen erleben. Ich möchte gerne wertvolle Praxistipps für ein erfülltes Spiel in Wald und Wiese weitergeben.

Feentrank und Bärenkräfte, Pflanzentatoos, Naturmandalas, Körpermassagen mit Naturmaterialien Pflanzenölen lassen zu uns selber finden und schenken Geborgenheit im Schoß der Mutter Erde. Tipps für die Massageölerstellung mit Heilkräutern aus der Wiese und verzaubernde Naturdüfte begeistern Groß und Klein.



Referentin:

Sonja Sutterlüty, Diplomierte Kräutereexpertin FNL, Bioreferentin/Netzwerkerin für nachhaltigen und ethischen Konsum, Kindergartenpädagogin, Erzieherin, Mutter von zwei Kindern

[www.natuerlichesleben.com](http://www.natuerlichesleben.com)

## Zusammenleben

»

» Neu

### Bewusste Familienzeit

*Ideen und Rituale im Tages- und Jahreskreis*

Die Wochen und Tage verfliegen, wir rennen hinterher und merken, dass sich wohl nicht alles Geplante unterbringen lässt. Verpflichtungen bei der Arbeit, Freizeitprogramm der Kinder, Schule und Kindergarten, ... - Termine überall! Da ist es gut, sich hin und wieder bewusst Zeit zu schaffen für die Familie.

Gemeinsam Ausflüge zu machen ist das eine, der Gedanke dieses Impulses ist jedoch, bewusste Familienzeit zu Hause zu gestalten – mit Ritualen, die sich am Tages- und Jahreskreis orientieren und für unsere Kinder, aber für die ganze Familie eine große Bereicherung sein können:

Einfach und mit Tiefgang.

Nach einem Impuls der Referentin stöbern die TeilnehmerInnen im zur Verfügung stehenden Material- und Ideenangebot und entdecken so den einen oder anderen Schatz ... auch für die eigene Familienzeit.



Referentin:

Carmen Willi, verheiratet, drei Kinder, ausgebildete Grundschul- und Religionslehrerin, vielfältige Tätigkeiten im entwicklungspolitischen und pfarrlichen Kontext sowie im Jugend- und Familienbereich

» Neu

### Der Spielplatz Wald, Ideen und Spielregeln

*„Wald mit allen Sinnen erleben.“ ... lautet das Motto der „Waldschule Bodensee“*

Der Wald bietet eine Fülle an Möglichkeiten, um etwas auszuprobieren, Neues zu entdecken, alle Sinne zu aktivieren und gemeinsam Zeit zu verbringen. Und das Schöne dabei: es ist nicht nötig weit Weg zu fahren, das Spannende liegt direkt vor unserer Haustür.

Bei diesem Workshop geben euch WaldpädagogInnen und FörsterInnen der Waldschule Bodensee einen Einblick, was der Wald alles zu bieten hat. Dabei ist kein Rucksack voll Materialien notwendig, wir können vieles im Wald finden. In diesen ein bis zwei Stunden, werden wir noch einmal Kind sein, lasst euch überraschen!

Gerne würden wir unseren Workshop in einem Waldstück in eure Umgebung durchführen (bitte die Erlaubnis des Waldbesitzers einholen!)



ReferentIn:

FörsterInnen und WaldpädagogInnen der Waldschule Bodensee

Seit 2007 bieten FörsterInnen und zertifizierte WaldpädagogInnen der Waldschule Bodensee ein vielseitiges waldpädagogisches Programm um Kindern den Lebensraum Wald mit all seinen Facetten näher zu bringen.

Weitere Informationen unter [www.waldschule-bodensee.at](http://www.waldschule-bodensee.at).

## Zusammenleben

»

### Kinder fragen nach dem Tod

Viele Menschen verdrängen die Wirklichkeit des Todes. Sie möchten nichts davon hören und nichts davon wissen. Der Gedanke, etwa gar mit Kindern darüber zu sprechen, erschreckt sie zutiefst. Sollen Kinder nicht eine möglichst ungetrübte, von allem Unangenehmen verschonte Kindheit erleben dürfen? Dabei stehen Kinder dem Tod oft viel unbefangener gegenüber als Erwachsene, er ist für sie noch kein Tabuthema.



Für uns aber ist das Gespräch über den Tod eine große Herausforderung: Wir können den Kindern keine Fragen beantworten, denen wir selber lieber ausweichen.

Wir wollen an diesem Abend miteinander überlegen, wie wir mit unseren Kindern über den Tod reden: offen und ehrlich und ermutigend.

Referentin:

Irmgard Fleisch, Mutter von fünf erwachsenen Kindern, 11 Enkelkinder, seit mehr als 25 Jahren in der Jugendarbeit und Erwachsenenbildung tätig

» Neu

### „Wird Gott nass, wenn es regnet?“

*Mit Kindern über Gott und die Welt nachdenken*

Kinder stellen unaufhörlich Fragen. Ihre Fragen ernst zu nehmen, sie zum Fragenstellen animieren und mit ihnen gemeinsam über mögliche Antworten nachzudenken, ja zu philosophieren, ist unendlich spannend und für die Beziehung von Eltern und Kindern sehr wertvoll. Doch trauen wir uns, die Fragen unserer Kinder zuzulassen? Was machen wir mit religiösen Fragen, wenn wir doch selbst keine TheologInnen sind? Wieso stellt unser Kind überhaupt solche Fragen? Nach einem grundsätzlichen Impuls über Kinderfragen und die Entwicklung des kindlichen Gottes- und Weltbildes schmökern wir in unterschiedlichen Methoden- und Themenangeboten und entwickeln selbst einen Zugang zu „besonderen Gesprächen“ mit unseren Kindern.



Referentin:

Carmen Willi, verheiratet, drei Kinder, ausgebildete Grundschul- und Religionslehrerin, vielfältige Tätigkeiten im entwicklungspolitischen und pfarrlichen Kontext sowie im Jugend- und Familienbereich

» Themen

» Buchung

## Zusammenleben

»

» Neu

### Die Kunst NEIN zu sagen

*mit einem guten Gewissen*

Eine Partnerschaft zu beginnen und Eltern zu werden, bedeutet Ja zu sagen.

Also warum handelt dieser Vortrag vom Nein-Sagen der Erwachsenen?

Um Konflikte zu vermeiden oder von den Kindern gemocht zu werden sagen

viele Eltern oft Ja, obwohl sie Nein meinen. Sie finden es schwer die Ent-

ttäuschung der Kinder auszuhalten und standfest zu bleiben. In diesem Vortrag

versuche ich zu erklären, warum es so wichtig ist Nein zu sagen – für jede

persönliche Beziehung, die Beziehung zu den Kindern, in Freundschaften oder

in einer Liebesbeziehung.

Ich biete neue Sichtweisen und Inspirationen für den Familienalltag an. Basie-

rend auf der familylab-Philosophie, den 4 Werten, die ein Leben lang tragen.



Referentin:

Wischenbart Angelika, familylab-Seminarleiterin, Mutter von 2 Jungs

## Clevere Familie

»

» Neu

### **Berufliche Auszeiten und optimaler Wiedereinstieg „Karenz Aktiv“**

„KarenzAktiv“ ist eine unabhängige Serviceeinrichtung der Arbeiterkammer Vorarlberg und von abz\*austria. Es bringt viele Vorteile, berufliche Auszeiten und den Wiedereinstieg optimal zu gestalten.

Im Vortrag geben wir Ihnen einen Überblick über die Angebote von KarenzAktiv:

- » wie Familie und Beruf unter einen Hut gebracht werden kann
  - » Wege und Möglichkeiten zur finanziellen Absicherung
  - » wie der berufliche Wiedereinstieg aussehen kann
  - » wie Arbeitszeiten und Kinderbetreuung nach dem Wiedereinstieg und während der Elternteilzeit organisierbar sind
  - » Arbeits- und sozialrechtliche Beratung durch ReferentInnen der AK Vorarlberg.
- Nach dem Vortrag besteht die Möglichkeit einer vor Ort Beratung durch eine/n ReferentIn der AK Vorarlberg.

Das Projekt wird gefördert aus den Mitteln des Landes Vorarlberg



Referentinnen:

Rebekka Hahn, Projektleiterin KarenzAktiv, Trainerin und zert. Coach, akad. gepr. Tourismuskauuffrau, Schulung der MitarbeiterInnen im MitarbeiterInnenentwicklungsprogramm Kraft Foods Austria, Production GmbH

Petra Gauster, Trainerin und Beraterin des Frauenberufszentrums\*Vorarlberg, Psychotherapeutisches Propädeutikum, zert. Coach, Dipl. Mentaltrainerin, Dipl. Legasthietrainerin

» Neu

### **„Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmer mehr“**

Bewusste Konsumerziehung von Anfang an.

Familien haben sich in den letzten Jahren stark verändert. Moderne Medien und mehr Wohlstand haben großen Einfluss auf unsere Konsumgewohnheiten.

Eltern fragen sich, wie ein sinnvoller Umgang mit der Fülle der Angebote gelingen kann? Bewusste Entscheidungen und klare Haltungen der Eltern ermöglichen Kindern selbstbewusste und starke Persönlichkeiten zu werden.

Im Vortrag erfahren Sie verschiedene Formen und Möglichkeiten, wie Kinder lernen mit Geld, Konsum und Überfluss umzugehen



Referentin:

Mag. Nadja Zagonel, Erziehungswissenschaftlerin, verheiratet, Referentin der Schuldenberatung Vorarlberg

## Gesundheit

»

### Essen macht glücklich - !?!

Die Kindheit ist prägend für das Essverhalten - oft ein Leben lang. Was Kinder hier kennenlernen, die Offenheit für Neues oder die Ablehnung von Speisen begleiten sie lange Zeit.

Was brauchen Kinder, um gesund heranzuwachsen? Wie kann man ihnen Gemüse schmackhaft machen? Wie kann das Essen für die ganze Familie zu einem angenehmen Ereignis am Tag werden, wie können alle „glücklich“ werden damit? Was kann ich meinem Kind Gesundes und Schmackhaftes in die Jausendose packen?

Bei diesem Vortrag erfahren Sie, was ausgewogenes Essen für Ihre Kinder bedeutet und bekommen hilfreiche Anregungen für den Umgang mit den Herausforderungen im Alltag dabei.



Referentin:

Birgit Höfert, Dipl.oec.troph. (Ernährungswissenschaftlerin), Fachabteilung Ernährung des aks Gesundheit, drei Kinder

### Erste Hilfe bei Kleinkindern

An diesem Abend gibt die Referentin kompetente Auskunft über Erstmaßnahmen bei Unfällen zu Hause. Folgende Themen können z.B. zur Sprache kommen: Verbrennungen, Blutungen, Bienenstiche, Allergien, Verschlucken, Fieberkrämpfe, usw. Weitere Fragen der TeilnehmerInnen wird Frau Gugele gerne beantworten. Dieser Abend ersetzt keinen Rotkreuz Erste Hilfe Kurs.



Referentin:

Gabriele Gugele, Diplomkrankenschwester, Rotkreuzersthelferin

» Neu

### Kinderhautpflege mit Köpfchen

Kinder sind wie junge Pflänzchen. Sie gedeihen am besten, wenn die Umweltbedingungen passen, wenn sie geschützt, genährt und geliebt werden. Genau dieses gesunde Umfeld vermittelt die Aromapflege und führt wieder zur einfachen natürlichen Hautpflege hin. Sie macht Mut zur Wahl von ethischen gesunden Produkten. Die konventionellen Baby- und Kinderhautpflegeprodukte müssen besonders unter die Lupe genommen werden. Das beginnt bei den Feuchttüchern, Badeölen... und endet beim Sonnenschutz. Sie bekommen wertvolle Rezepte und sanfte Tipps, damit der wunderbare Hautduft, das Immun- und Sinnesorgan Haut in Balance bleibt.



Referentin:

Marlene Fink geht als Dipl. GuKS, Buchautorin und Aromakologin, seit 1999 neue Wege in der Gesundheits- und Aromapflege

» Themen

» Buchung

## Gesundheit

»

» Neu

### Kinder-Aromapflege

Einfach, natürlich, zeitgemäß und gesund – dies sind die Stärken der Aromapflege. Die feinen Sinne des Riechens und Berührens prägen die kindliche Wahrnehmung und Entwicklung besonders. Duftende Pflege- und Wohlfühlmischungen sind beliebte Begleiter beim Ankommen und Wachsen, Gesund- und Kranksein. Sie fördern die Naturverbundenheit und Körperwahrnehmung, stärken die Organe und das Immunsystem, entspannen das kindliche Gefühls- und Nervensystem, unterstützen das Denken und die Fantasie. Lernen Sie bewährte ätherische Öle wie Lavendel und Vanille genauer kennen und deren breiten Einsatz im Alltag.



Referentin:

Marlene Fink geht als Dipl. GuKS, Buchautorin und Aromakologin, seit 1999 neue Wege in der Gesundheits- und Aromapflege

## Väter und Jungs

»

### Die Bedeutung des Vaters im Leben des Kindes

Der Vater ist durch seine besondere Erziehungshaltung wesentlich an einer gesunden Entwicklung des Kindes beteiligt. Dabei spielt die Zeit, die er mit seinen Kindern verbringt nicht die Hauptrolle, viel mehr kommt es auf die Qualität der Beziehung zwischen Vater und Kind an. Väter erziehen anders als Mütter und können dadurch eine wichtige Ergänzung bilden, welche es dem Kind erleichtern kann, mit sich und seiner Umwelt positiv umzugehen. Der männliche Zugang des Vaters gibt den Kindern Halt und Vertrauen, um ihren eigenen Weg zu finden.



Referent:

Mag. Harald Anderle, Psychologe, Psychotherapeut im Vorarlberger Kinderdorf, verheiratet, Vater von vier Kindern

### „Buben - das benachteiligte Geschlecht“

Sind Buben anders? Sind sie schwieriger? Weshalb sind sie oft aggressiver? Warum müssen sie ihre Stärke beweisen?

Die körperliche und seelische Entwicklung von Buben verläuft etwas anders als bei Mädchen, deshalb haben sie auch andere Bedürfnisse.

Wir wollen keine kleinen Machos erziehen - aber auch keine Softies. Was ist in unserer Zeit wichtig? Welche neue Art Mann soll aus unseren Buben werden?



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### Männer zwischen Beruf und Familie

Die alte Arbeitsteilung, der Mann im Beruf und die Frau in der Familie, funktioniert nicht mehr. Die Männer selber spüren, dass sie gerade als Väter auch in der Familie eine Rolle spielen wollen. Die Kinder selber brauchen keine perfekten Väter, aber solche die anwesend und greifbar sind. In diesem Sinn sind Männer Seiltänzer zwischen Beruf, Familie und Freizeit, zwischen eigenen und fremden Wünschen, zwischen inneren und äußeren Ansprüchen. Der Seiltanz kann aber nur gelingen, wenn die Werte klar sind, wenn man(n) weiß, was man(n) will.



Referent:

Dr. Markus Hofer, ehemaliger Leiter des Männerbüros der Kath. Kirche Vorarlberg, langjähriger Referent in der Erwachsenenbildung

» Themen

» Buchung

## Väter und Jungs

»

» Neu

### „War ich auch in Mamas Bauch?“

Kinder sind von Natur aus neugierig, sie beobachten genau und suchen nach Erklärungen, sie stellen Fragen und erwarten Antworten. Dies betrifft auch den Bereich Sexualität und Aufklärung. Väter reagieren oft unsicher: Wann ist es Zeit, ein Kind aufzuklären? Wie finde ich die richtigen Worte? Wie genau beantworte ich Fragen? Wie gehe ich mit sexualisierten Schimpfworten um? Wie reagiere ich, wenn mein Kind sich selbst befriedigt oder bei Doktorspielen?

Kinder können von ihren Vätern lernen, offen, selbstbewusst und verantwortungsvoll ihren Körper zu entdecken und damit umzugehen.



Referentin:

Edith Viktorin, Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

## Medien

»

### Wie viel Fernsehen braucht mein Kind?

Anregungen zu einer kindgerechten Medienerziehung

Das Ziel dieses Abends ist, aufbauend auf eigenen alltäglichen Erfahrungen, neue Sichtweisen und Kompetenzen im Umgang mit dem Medium Fernsehen zu erwerben.

Dazu werden wir als ersten Schritt gemeinsam eine Reise in unsere eigene Kindheit machen. Wir werden entdecken, welche Medien, Filme, Sendungen und Helden uns geprägt haben. Wenn wir uns unsere eigene mediale Kindheit vergegenwärtigen, erweitern wir auch unser Verständnis dafür, wie Kinder Fernsehen wahrnehmen.

Als zweiten Schritt werden wir gemeinsam herausfinden, welche Auswirkungen das Fernsehen auf die Entwicklung der Wahrnehmung und Persönlichkeit hat. Wir werden die Erkenntnis gewinnen, dass Kinder ganz anders Fernsehen, und wie wir sie unterstützen können, einen kindgerechten Umgang zu erlernen.



Referent:

Mag. Mario Bonelli, Pädagoge, hat vielfältige Erfahrungen mit Kindern und in der Erwachsenenbildung, verheiratet, einen Sohn und eine Tochter

### Großes Internet für kleine Leute

Das Internet begleitet uns beinahe täglich und in vielen Bereichen. Aber was bedeutet das für unsere Kinder? Was bietet es ihnen? Wo liegen die Risiken? In diesem Vortrag erhalten Sie praktische Tipps, wie Sie den Umgang mit dem Medium Internet für Ihr Kind sicher und kindgerecht gestalten können. Wie sperre ich nicht jugendfreie Inhalte? Was bietet der Jugendschutz bei Google oder Youtube? Auf diese Fragen geht der Referent, selbst Vater von zwei Kindern, mit einfachen Worten ein. (mit Übersetzung 2 Abende)



Referent:

Michael Fleisch, Softwareentwickler und Projektleiter, verheiratet, Vater von zwei Kindern

## Medien

»

### Neue Medien - praktische Tipps für Eltern

Die neuen Medien wie Internet, Facebook, Handys, etc. bieten unseren Kindern viele interessante Möglichkeiten.

Ziel dieses Abend ist es, diese Medien vorzustellen und Ihnen als Eltern praktische Tipps mitzugeben - Tipps, mit denen Sie den Umgang kindgerecht und vor allem sicher gestalten können.

Als Vater von zwei Kindern bringt der Referent praxisnahe Beispiele. Aus seiner langjährigen EDV-Erfahrung stellt er nützliche Programme vor, wie beispielsweise Ihrem Kind der Zugang zu nicht jugendfreien Seiten gesperrt werden kann - sowohl am PC als auch am Handy oder der Spielkonsole. Wie vermeide ich die Kostenfalle Handy? Wie treffe ich die Auswahl von altersgerechten Spielen? In einfachen Worten wird erklärt, wie ohne große PC-Kenntnisse Ihr Kind den richtigen Weg durch die neuen Medien findet.

Hinweis: alle vorgestellten Programme und Tools sind kostenlos erhältlich.



Referent:

Michael Fleisch, Softwareentwickler und Projektleiter, verheiratet, Vater von zwei Kindern

» Neu

### Super Mario und Facebook im Kinderzimmer?

*Tipps zur Medienerziehung von Kindern im Kindergarten- und Volksschulalter*

Handy, Spielkonsolen und Computer sind heute aus vielen Haushalten nicht mehr wegzudenken. Kein Wunder also, dass neue Medien für Kinder im Volksschulalter bereits einen großen Stellenwert einnehmen. Doch wir Eltern sind oft verunsichert: Sollte ich den Wunsch nach dem eigenen Handy oder dem eigenen Fernseher oder Computer im Kinderzimmer erfüllen? Welche Fernsehsendungen sind für Kinder geeignet? Ist es ratsam, mein Kind allein im Internet surfen zu lassen? Soll ich ihm das Einrichten einer eigenen Email-Adresse gestatten? Welche Programme und Spiele sind altersgerecht? Was mache ich, wenn mein Kind nur noch an der Spielkonsole "hängt"? Wann ist das richtige Alter für den Einstieg ins Facebook?

Beim Elternabend „Super Mario und Facebook im Kinderzimmer“ sollen Hilfestellungen für solche und ähnliche Fragen gegeben werden. Dazu wird ein Überblick über die Mediennutzung von Kindergarten- und Volksschulkindern geboten. Es wird analysiert, welche Rolle verschiedene Medien in der Freizeit der Kinder einnehmen. Anhand dieser Erkenntnisse wird aufgezeigt, warum und wie Eltern den Medienkonsum ihrer Kinder begleiten sollten. Praxisnah wird vermittelt, welche Erziehungsgrundsätze hier zum Tragen kommen und was Eltern über neue Medien wissen sollten.



Referent:

Mag. Andreas Prenn, Supro-Werkstatt für Suchtprophylaxe und Obmann des Vorarlberger Familienverbandes, Vater von drei Kindern

## Angebote für Mama/Papa/Oma/Onkel...

»

» Neu

### Ein musikalisches Angebot für Eltern und Kind

Gemeinsames lustvolles Erleben trägt die Freude an Musik und Bewegung in die Familien und in das soziale Umfeld.

Lieder, Bewegungs- und Tanzspiele, Finger- und Klatschspiele, elementares Musizieren auf Instrumenten sowie das Sammeln vielseitiger Bewegungs- und Sinneserfahrungen... Die Kinder erleben ihre Bezugsperson (Eltern, Großeltern o.ä.) singend, tanzend und musizierend und werden dadurch zu eigenem musikalischen Tun angeregt. Die Eltern können die Einheit als eine besondere Zeit des Miteinanders mit ihrem Kind genießen und selber Freude an Musik und Bewegung (wieder) entdecken.

Wünsche an die Ausstattung des Seminarraums:

- » Musikanlage
- » Matten, Teppiche oder ähnliches zum Sitzen auf dem Boden
- » diverse Musikinstrumente (Rasseln, Triangel, Xylophon, Klangstäbe, Becken, Guiro,...)



Referentin:

Evelyne Wohlfarter, Dipl. Kindergartenpädagogin, Musik- und Tanzpädagogin, Auslandsstudium am Dartington College of Arts (UK), Referententätigkeit an Musikschulen, Kindergärten und Grundschulen sowie Bakipäd, Fachschulen für Sozialpädagogik und Universitäten, Internationale Kunstprojekte und Workshops, Mitbegründerin von tanzfähig [www.evelynewohlfarter.com](http://www.evelynewohlfarter.com)

» Neu

### Ein tänzerisches Angebot für Eltern und Kind

Tänzerisches Miteinander weckt Bewegungsfreude. Jedes Kind und jede/r Erwachsene, ob tanzerfahren oder nicht, kann sich mit ihrer/seiner individuellen Bewegungsart einbringen.

Inhalte und Methoden sind so ausgewählt, dass sowohl Kinder als auch Erwachsene in ihren jeweiligen Fähigkeiten angesprochen werden. Eine tänzerische Vorbildung ist nicht notwendig. Die aktive Teilnahme der Erwachsenen bildet die Voraussetzung für den tänzerischen Prozess.

Wünsche an die Ausstattung des Seminarraums:

- » Musikanlage
- » Matten, Teppiche oder ähnliches zum Sitzen auf dem Boden
- » diverse Musikinstrumente (Rasseln, Triangel, Xylophon, Klangstäbe, Becken, Guiro,...)



Referentin:

Evelyne Wohlfarter, Dipl. Kindergartenpädagogin, Musik- und Tanzpädagogin, Auslandsstudium am Dartington College of Arts (UK), Referententätigkeit an Musikschulen, Kindergärten und Grundschulen sowie Bakipäd, Fachschulen für Sozialpädagogik und Universitäten, Internationale Kunstprojekte und Workshops, Mitbegründerin von tanzfähig [www.evelynewohlfarter.com](http://www.evelynewohlfarter.com)

## Angebote für Mama/Papa/Oma/Onkel...

»

» Neu

### Zähmen, Spielen, Balgen - Original Play®

Ursprüngliches Spiel in der Praxis erleben

*„Komm spiel mit mir“, sagte der Fuchs zum Kleinen Prinzen.*

*„Ich kann nicht, ich bin noch nicht gezähmt“, sagte der Fuchs.*

*„Was ist das – zähmen und wie geht das?“, fragte der kleine Prinz*

Wenn wir in eine Begegnung ohne Worte einsteigen, wenn wir uns ganz behutsam körperlich auf Kinder einlassen und wenn sie wild sein dürfen, wenn sie auf uns herumklettern und sogar richtig balgen dürfen, dann erleben wir, wie wir sie in doppelter Hinsicht zähmen können: Einerseits Vertrauen gewinnen, Ängste abbauen und Geborgenheit schaffen und andererseits das Kämpferische und Aggressive wieder in ursprüngliches Spiel verwandeln, das kein Besiegen und kein Wehtun kennt. In unserem Spiel finden wir Wege für das große Bedürfnis nach Kontakt und Liebe.

Eltern sind hier in den Kindergarten eingeladen, um Steve Heitzer im Spiel mit den Kindern zu beobachten. Anschließend besteht die Möglichkeit für Austausch und Reflexion.



Referent:

Mag. Steve Heitzer, Vater von drei Kindern, Pädagoge, Theologe, Achtsamkeitslehrer und langjähriger Schüler von Fred Donaldson (Original Play®). 16 Jahre Erfahrung in Kindergarten, Schule und in der Elternarbeit. Autor des Buches „Kinder sind nichts für Feiglinge. Ein Übungsweg der Achtsamkeit“ (Arbor)

### „Mama hat heute frei“ Väter & Kinder Zeit

*Ein etwas anders Angebot für Väter mit ihren Kindern.*

Väter sind oft leichter zu erreichen, wenn sie was tun und sich einbringen können.

Gemeinsam mit 2-3 Vätern aus der Einrichtung und der PädagogIn gestaltet der Referent Alfons Meindl eine Vater-Kind-Aktion wie z.B. Gemeinsames Kochen oder backen, ein Ausflug, Kampfspiele im Turnsaal, aber auch eine Übernachtung im Kirchturm oder eine Schatzsuche haben wir schon mit Kindergärten organisiert. Je nach dem was den Vätern Spaß macht und was sie als Talente einbringen, entsteht ein kreatives, lustiges, abenteuerliches Programm.

Zwei bis drei Wochen vor dem Termin trifft sich das „Vorbereitungsteam“ und organisiert zusammen die Aktion.



Referent:

Alfons Meindl, im kirchlichen Dienst und Koordinator der katholischen Männerbewegung Vorarlberg. Verheiratet, zwei Kinder im VS Alter. Zuerst begeistert Vater, in zweiter Linie ausgebildet in Erlebnispädagogik, Spielpädagogik und „Kampfspiele“ Trainer.

## Vorträge in türkischer Sprache

»

### **Erfolg in der Schule beginnt zu Hause**

*Die Bedeutung der vorschulischen Erziehung*

In Bezug auf die Entwicklung und Erziehung des Kindes trägt die Familie in der Vorschulzeit eine sehr große Verantwortung. Die Grundpfeiler der Entwicklung, Erziehung und des zukünftigen schulischen Erfolges des Kindes werden in dieser Zeit gesetzt. In diesem Seminar werden die verschiedensten Erfahrungen der Eltern mit Kindern im Vorschulalter besprochen, ihr Handeln reflektiert und praktische Tipps für den alltäglichen Umgang mit dem Thema „Frühförderung“ weitergegeben. Durch frühe Förderung können bessere schulische Leistungen erzielt und die Zukunftschancen der Kinder erhöht werden. (Erhöhter Kostenbeitrag!)



Referent:

Mustafa Can, Dipl. Pädagoge, interkultureller Erwachsenenbildner, Mediator, Projektleiter „Anababa Okulu – Elternschule“, Vater von zwei Kindern

### **„Spielst du mit mir?“**

Durch tägliches gemeinsames Sprechen und Spielen wird die Sprachentwicklung Ihres Kindes gefördert. Regelmäßiges Hören und Sprechen in einer oder mehreren Sprachen hilft dem Kind, die Regeln dieser Sprache herauszufinden. Reime und Lieder aus der eigenen Kindheit sind für Kinder in jedem Alter eine wunderbare Quelle für die Entwicklung seines Sprachschatzes. Was würden Ihre Kinder spielen, welche Reime und Lieder würden Ihre Kinder lernen, wenn sie in Ihrem Land leben würden? Was möchten Sie Ihrem Kind aus ihrem Ursprungsland vermitteln? Geschichten, Lieder oder Kinderspiele aus ihrer Heimat sind wichtig für ihr Kind, denn Kinder brauchen auch diese Wurzeln.



Referentin:

Cigdem Gökmen-Erden, Interkulturelle Vermittlerin, Mediatorin, Absolventin des Lehrgangs „Elternarbeit für den frühen Spracherwerb“/Programm „mehr Sprache“, Dolmetscherin und Übersetzerin Türkisch-Deutsch.

### **„In meinem Kopf haben auch zwei oder mehrere Sprachen Platz!“**

Mehrsprachigkeit ist keine Krankheit! Mehrsprachige Kinder entwickeln sich so wie einsprachige. Anhand des Sprachbaumes von Wendlandt sehen wir uns die vielfältigen Faktoren der Sprachentwicklung genauer an. Es ist jedoch eine sehr große Herausforderung für Eltern ihre Kinder zwei- oder mehrsprachig zu erziehen. Welche Methoden gibt es für die zwei- bzw. mehrsprachige Erziehung? Wie kann ich mein Kind gezielter unterstützen?



Referentin:

Cigdem Gökmen-Erden, Interkulturelle Vermittlerin, Mediatorin, Absolventin des Lehrgangs „Elternarbeit für den frühen Spracherwerb“/Programm „mehr Sprache“, Dolmetscherin und Übersetzerin Türkisch-Deutsch.

## Vorträge in türkischer Sprache

»

### Grenzen setzen

Kinder orientieren sich nach ihrer Geburt zunächst an ihren eigenen Bedürfnissen. Diese müssen befriedigt werden um Grundsicherheit zu erlangen. Erst dann können sie ein eigenes Weltbild entwickeln, sich auf die Bedürfnisse anderer Menschen und sich auf das Zusammenleben mit anderen Menschen einlassen. Kinder brauchen einen Lebensrahmen, indem sie sich geschützt und sicher bewegen können.

Grenzen sowie Strukturen im Tagesablauf also Gewohnheiten, Rituale, Routinen geben Sicherheit und Verlässlichkeit. Sie verbinden Freiheit mit Ordnung. Grenzen setzen meint, sich gegenseitig in der Persönlichkeit zu achten und zu respektieren. Wichtigster Ausgangspunkt dabei ist die Beachtung der eigenen Grenzen, die bei jeder Mutter und bei jedem Vater unterschiedlich sind. Wir brauchen Mut zu unseren eigenen Grenzen zu stehen und Respekt vor den Bedürfnissen und Grenzen der Kinder.

Kinder brauchen feste klare und konsequente Leitfiguren, an denen sie sich orientieren und auch reiben können.

Beim Grenzen setzen ist es hilfreich in Kontakt mit dem Kind zu treten und auf Augenhöhe eindeutig und klar zu sagen was zu tun ist.

Erwachsene müssen Nein sagen können! Kinder sollen Nein sagen dürfen.



Referentin:

Banu Cetin, Leiterin der Spielgruppe Blumengarten Lustenau, Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Gestaltpädagogin, verheiratet, eine Tochter

## Organisatorischer Ablauf

»

Sie haben sich für einen **Vortrag** aus diesem Programmheft entschieden?

Kontaktieren Sie die **Elternbildung des Katholischen Bildungswerks** – siehe unten. Sie erhalten die **Kontaktdaten** des/der gewünschten ReferentIn, sowie ein **Anmeldeformular** für Ihren Vortrag.

Sie vereinbaren direkt mit dem/der ReferentIn einen **Termin**.

Das **ausgefüllte Anmeldeformular** senden (gerne per Mail) Sie bitte an die Elternbildung zurück.

Sie erhalten eine **Einladungsvorlage, Fragebögen** und **Antragsformulare** für den Vorarlberger Familienpass per Mail.

Der Vortrag findet statt (mindestens fünf TeilnehmerInnen). Bitte weisen Sie bei **allen Bewerbungsmaßnahmen** sowie direkt bei der Veranstaltung auf die **Unterstützung** des Katholischen Bildungswerks und des Landes Vorarlberg hin.

Die TeilnehmerInnen füllen vor Ort den kurzen **Fragebogen** nach der Veranstaltung aus.

Die Veranstaltung findet statt, wenn mindestens fünf TeilnehmerInnen anwesend sind. Es sind **weniger als fünf TeilnehmerInnen** vor Ort? In diesem Fall findet die Veranstaltung nicht statt. Wenn der/die ReferentIn schon vor Ort ist, steht ihm/ihr die Hälfte des üblichen Honorars plus km-Geld zu. Wir verrechnen Ihnen in diesem Fall 75,-Euro.

Die **ausgefüllten Fragebögen** und **Familienpass Antragsformulare** sowie eine **Kopie der Einladung** senden Sie an die Elternbildung des KBW.

Über **Fotos** der Veranstaltung freuen wir uns sehr.

Eine **Rechnung** über 75,-Euro geht an die von Ihnen angegebene Rechnungsadresse.

Anette Loitz, Elternbildung  
Katholisches Bildungswerk Vorarlberg  
Unterer Kirchweg 2, 6850 Dornbirn  
E anette.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at , M 0676 83240 2140

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen!

[www.elternbildung-vorarlberg.at](http://www.elternbildung-vorarlberg.at)  
[www.facebook.com/elternchat](https://www.facebook.com/elternchat)





# ELTERN BILDUNG

