

# » ELTERN BILDUNG



## Vorträge in Kindergärten 2018-19

»

### Unsere Themen:

- » Entwicklung/Psychologie
- » Fit für die Schule
- » Erziehung macht stark
- » Zusammen leben
- » Clevere Familie
- » Gesundheit
- » Medien und Konsum
- » Angebote für Mama/Papa/Oma/Onkel... mit Kind
- » Das gute Leben
- » 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

»

### **„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 drei Söhnen

### **„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, 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 (maximal 12 TeilnehmerInnen).



Referentin:

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

### Spielen oder Kämpfen?

*Von der Entdeckung des Ursprünglichen Spiels (OriginalPlay®)*

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, Kontakt und Berührung um? Können wir lernen, auf Konflikt und Kampf nicht einzusteigen?

Die Entdeckung des Ursprünglichen Spiels eröffnet uns einen neuen Blick auf Bedürfnisse und Verhalten von Kindern. Wenn wir uns selbst ganz einlassen und die Kinder uns nicht nur hören und sehen, sondern auch spüren können, erfahren wir die tiefe Resonanz und Freude dieser ursprünglichen Verbundenheit und schaffen eine neue Grundlage für unsere Beziehung zu ihnen.

Darüber hinaus lernen wir Aggression und Handgreiflichkeiten anders zu begleiten 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 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)

## 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

» Neu

### Von Bausteintürmen und Sandkastenkuchen

*Die Bedeutung des Spiels in der kindlichen Entwicklung*

Wenn Kinder spielen, beabsichtigen sie nicht, dabei etwas zu lernen oder Fähigkeiten zu erwerben. Doch Spielerfahrungen sind gleichzeitig Lernerfahrungen und das Spiel ist der Motor für kindliche Entwicklungsprozesse. Und das Wichtigste dabei ist: Kinder spielen aus eigenem Antrieb, mit Spaß und Freude.

Im Vortrag widmen wir uns folgenden Fragen:

Was spielen Kinder in welchem Alter? Wie kann ich eine der Entwicklung entsprechende Spielumgebung schaffen? Welchen Stellenwert hat das Spiel für die Entwicklung meines Kindes? Welche Spielsachen sind für welches Alter geeignet? Wie erkenne ich sinnvollen Spielzeug? Muss es immer gekauftes Spielzeug sein? Was ist meine Rolle im kindlichen Spiel?

Theoretische Überlegungen wechseln sich mit praktischen Tipps und Vorschlägen für den Alltag mit Kindern ab.



Referentin:

Mag.ª Nadine Fink-Peer, Kindergartenpädagogin, Kleinkindpädagogin, Erziehungswissenschaftlerin, Mama von drei Kindern.

## Fit für die Schule

»

### Bald bin ich ein Schulkind

Der Wechsel vom Kindergarten in die Schule: Gerade noch zu den Großen gehören, die sich überall prima auskennen und nun schon wieder von vorne anfangen. Eine bewegte Zeit zwischen selbstbewußtem Stolz, Vorfreude, Neugier, Verunsicherung und Angst – für die Kinder und ihre Eltern.

Welche Haltungen der Eltern sind in dieser Phase unterstützend und welche vorschulischen Fähigkeiten sollten Kinder mitbringen damit die Schuleingangsphase für alle gelingt?!

In diesem Vortrag bekommen Sie auch viele praktische Hilfestellung, um Ihr Kind positiv zu fördern.



Referentin:

Doris Rüdisser, Volksschullehrerin, Sprachheillehrerin, Arbeit mit Kindern in Mal- und Theatergruppen, Mutter von drei erwachsenen Kindern

### Tipps und Empfehlungen für einen gelungenen Start in die Schulzeit (deutsch oder türkisch)

Was wird vom Kind in der Schule erwartet?

Wird unser Kind Freunde finden?

Was können wir als Eltern tun?

Diese und andere Fragen beschäftigen die Eltern oft vor dem Schuleintritt der Kinder. Der Übergang vom Kindergarten in die Schule ist für die Kinder und ihre Eltern eine wichtige Lebensphase. Neben Neugier, Spannung und Freude können auch Angst, Sorge und Zweifel aufkommen. Die Kinder verlassen eine vertraute Umgebung und müssen sich auf Neues einstellen. Hat das Kind Schwierigkeiten, sich in die neue Situation einzuleben und wird dabei nicht entsprechend begleitet, kann es zu Überforderungen und Belastungen und somit zu Schulunlust kommen. Damit es nicht soweit kommt und das Kind von Anfang Freude am Lernen hat, erhalten die Eltern Tipps und Anregungen für einen gelungenen Start.

Gemeinsam erarbeiten wir praktische Tipps, die den Schuleinstieg erleichtern und befassen uns mit allen wichtigen Themen rund um den Schuleintritt.



Referentin:

Suzan Tilki, BA, Studium der Erziehungswissenschaften, Ausbildung zur Spielgruppenleiterin, Brückenbauerin bei okay. zusammen leben, eltern.chat Moderatorin, Beratungstätigkeit in freier Praxis, Mutter von drei Kindern

## Erziehung macht stark

»

### 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 drei Söhnen

### Linkshändige Kinder erkennen, begleiten und unterstützen

Wahrscheinlich gibt es mehr Linkshänder, als wir denken. Aber wo sind sie? Wie und wann erkennen wir die Händigkeit der Kinder? Wie gehen wir mit Kindern um, die oft die Hände wechseln? Was sind die Folgen nicht beachteter Händigkeit (Umschulung)?

Wie kann man linkshändige Kinder altersgemäß unterstützen und ihnen nach und nach eine entspannte Mal- und Schreibhaltung zeigen? Welche Spielsachen sind für linkshändige Kinder besser bzw. weniger geeignet? In welchen Bereichen spielt die Linkshändigkeit noch eine Rolle?



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Carina Thurnher, verheiratet, drei Kinder (zwei davon Linkshänder), selbst auch Linkshänderin, Religionslehrerin in der Volksschule, Linkshänderberaterin nach S-MH.

## Erziehung macht stark

»

» Neu

### 7 Sicherheiten die mein Kind benötigt um stressfrei zu lernen...

Gerade in den ersten Monaten scheint die Entwicklung eines Kindes enorm schnell voran zu schreiten und das Gehirn rasant zu wachsen. Schon wenige Wochen nach der Geburt beginnt der kleine Mensch immer sicherer sein Köpfchen zu halten, sich zu strecken, zu robben, zu krabbeln, aufzurichten, ... Aufgrund dieser „evolutiven“ Bewegungen kann sich zeitgleich das Gehirn eines Kleinkindes ideal vernetzen und es entwickelt Fähigkeiten und Fertigkeiten, auf welche es das ganze Leben lang zurückgreifen wird.

Dieser Vortrag erklärt, warum es so wichtig ist, dass Kinder einen bestimmten Bewegungsablauf vollziehen. Wie die Gefühlssicherheit mit dem Krabbeln in Verbindung steht, warum das Robben so bedeutend für die Konzentrationsfähigkeit ist und was gemacht werden kann, wenn ein Kind eine Bewegungsstufe in der Entwicklung überspringt. Außerdem soll es Eltern die Sicherheit geben, ihr Kind nicht immer dem Vergleich der Gesellschaft auszusetzen, sondern mit Freude und Spannung jeden neuen Fortschritt individuell zu verfolgen.



Referentin:

Daniela Hagspiel, verheiratet und Mutter von 3 Kindern, tätig als Lernberaterin P.P. und Evolutionspädagogin in eigener Praxis, Ausbildungsstandortleiterin in Vorarlberg für Evolutionspädagogik/Lernberatung P.P., 90° Coach, Kindergartenpädagogin

### 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



## Erziehung macht stark

»

» Neu

### Bücherbären und Lesetiger

*(Vor)Lesen macht Spaß!*

Die erfahrenen und ausgebildeten BuchhändlerInnen der Buchhandlung Brunner führen Sie gerne in die Welt des Vorlesens und Lesens ein: Wie bringe ich Kinder auf den Geschmack von Büchern? Wie gestalte ich Lesen aktiv und mache Geschichten lebendig? Welche Klassiker und/oder Neuerscheinungen eignen sich für welches Alter und Thema?

Mit Fachwissen, Anschauungsmaterial und Beispielen zeigen die BuchhändlerInnen Tipps und Tricks zur Sprach- und Leseförderung. Da sich mehrere ReferentInnen zur Verfügung stellen, kann auf individuelle Vortragswünsche eingegangen werden.

Gerne bereiten wir auch Büchertische zu aktuellen Themen vor.



Referentin:

Die BuchhändlerInnen der Buchhandlung Brunner zeichnen sich durch langjährige Berufserfahrung, Kompetenz und Leidenschaft für Kinder- und Jugendbücher aus: Je nach Themenschwerpunkt steht der/die passende ReferentIn zur Verfügung.

### 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

## Erziehung macht stark

»

» Neu

### Mutige Eltern für starke Kinder

*Damit Kinder entspannt Kinder sein können, brauchen sie klare Eltern.*

Viele Eltern sind verunsichert, wie sie ihre Kinder in der Familie erziehen sollen. Wie kann ich mein Kind stark und klar begleiten und eine liebevolle Führungsrolle in der Familie übernehmen? Oft fühlen sich Eltern von den vielen aufkommenden Konflikten getrieben und verwirrt. Machen sie etwas falsch? Wie kann ich meinen Kindern begegnen, wenn ich auf althergebrachte Erziehungsmethoden wie Belohnung und Bestrafung verzichten möchte? Ein Orientierungsimpuls für Eltern.



Referentin:

Anna Schweighofer, BA, Mutter von drei Kindern, Bildung und Erziehung in der Kindheit, Kindergartenpädagogin, Sozialpädagogin, Kinderphilosophin, Montessoripädagogin, freie Lernbegleiterin, arbeitete in verschiedenen internationalen Einrichtungen für Kinder und in der Erwachsenenbildung

### 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

»

» Neu

### Beharrliche Eltern geben Kindern Halt

*Wie „Neue Autorität“ alternative Handlungsoptionen liefert*

Kinder zu erziehen bedeutet neben vielen schönen Erfahrungen auch manches Mal, an seine eigenen Grenzen zu stoßen und nicht mehr zu wissen, wie man in einer Situation reagieren kann. Eine Unzahl an Ratgebern, ExpertInnen und anderen BesserwisserInnen stärken einen oft nicht, sondern tragen nur noch mehr zur Verunsicherung bei.

An diesem Abend lernen Sie die „Neue Autorität“ kennen, die Ihnen Antworten auf herausfordernde Situationen liefert. Der Referent gibt auch Anstöße zu einer positiven Beziehungsgestaltung mit Kindern im Alltag. Der Schlüssel dabei ist, dass man bei sich selber beginnt – und damit unabhängig vom Verhalten des Kindes handeln kann. Dies gibt Ihnen die Möglichkeit, Ihre Beziehung zum Kind zu stärken und trotzdem klar und beharrlich Widerstand gegen unerwünschtes Verhalten zu zeigen.



Referent:

Martin A. Fellacher, MA, Leiter von PINA – Pädagogisches Institut für Neue Autorität, Diplomsozialarbeiter, Personal- und Kompetenzentwickler, Beratung und Coaching für Eltern, Vater von zwei Kindern, [www.pina.at](http://www.pina.at)

### Über Sachen die Erziehung stark machen

Erziehung soll Kinder in vielerlei Hinsicht unterstützen: Um ihr Leben zu gestalten, mit Hindernissen zurecht zu kommen, die Meinung anderer zu akzeptieren und vieles mehr. Kinder brauchen Liebe und Geborgenheit ebenso wie Freiheit und die Möglichkeit, Dinge selbst zu tun.

In diesem Vortrag geht es um 8 Kernpunkte, die wesentliche Merkmale einer „starken Erziehung“ sind und unseren Kindern helfen, ihre eigenen Stärken zu entfalten.



Referentin:

Mag.ª Christine Schnetzer, Erziehungswissenschaftlerin, Pädagogin, jahrelange Erfahrung in der Suchtprävention, Mutter von drei Kindern

## Erziehung macht stark

»

### „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

### Leitwölfe sein

*Die Bedeutung der elterlichen Führung*

Kindern kann nichts Besseres passieren als Eltern, die liebevoll ihre Führungsrolle in der Familie wahrnehmen. Klare Entscheidungen treffen, dabei auch Unpopuläres durchsetzen und zu einem zeitgemäßen Autoritätsverständnis finden. Der Grund weshalb Kinder elterliche Führung benötigen ist, weil sie ohne Erfahrung zur Welt kommen. Sie brauchen freundliche und empathische Begleitung, aber es stellt sich die Frage:



Wie können wir unsere Autorität, Erfahrung und Führung so ausüben, dass die persönliche Integrität des Kindes nicht verletzt wird? Die Referentin wird uns mit einigen Grundwerten bekannt machen und uns dann bei der Suche nach der Art von Führungsrolle, die wir gerne in unserer Familie leben würden, durch ihr Fachwissen und praktische Beispiele unterstützen.

Referentin:

Angelika Wischenbart, familylab-Seminarleiterin, Mutter von 2 Jungs

## Erziehung macht stark

»

### „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:

Angelika Wischenbart, familylab-Seminarleiterin, Mutter von 2 Jungs

### 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 SPAZi & SPAZini, Eltern-Trainerin & Familienbegleitung, Mutter von zwei Kindern

## 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.ª Christine Schnetzer, Kindergartenpädagogin, Erziehungswissenschaftlerin, langjährige Erfahrung in der Elternbildung, Mutter von drei Söhnen

» Neu

### Das Bedürfnis des Kindes als Wegweiser für eine erfolgreiche Erziehung

Viele von uns Eltern setzen sich mit dem eigenen Anspruch unter Druck, in Erziehungsfragen stets sofort eine Antwort oder Lösung parat haben zu müssen. Dieses Bestreben setzt sich fort, indem wir möglichst alles vorwegsehen und abdecken wollen. Dabei vergessen wir, dass Erziehung ein Prozess ist. Er passiert nicht an einem Tag oder innerhalb eines Jahres. Er dauert ein Leben lang an. Eine gelingende Erziehung ist nicht nur von Fachwissen abhängig, sondern ganz besonders von der Eltern-Kind-Beziehung. Eine gute Bindung garantiert Stabilität, auch wenn nicht immer gleich die perfekte Lösung zur Hand ist.

Anhand einprägsamer Praxisbeispiele und neuester Erkenntnissen aus der Forschung beschäftigen wir uns in diesem Vortrag mit dem Prozess des Lebens, in dessen Verlauf beide Seiten, Eltern und Kind, täglich dazulernen und mit ihren Aufgaben wachsen.



Referentin:

Dr.ª Veronika Burtscher-Kiene, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Beraterin im Ehe- und Familienzentrum, Bloggerin [www.erziehungsgedanken.com](http://www.erziehungsgedanken.com), zweifache Mama

## Erziehung macht stark

»

### 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

### 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.

(für Gruppen über 30 TeilnehmerInnen)



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

## 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 SPAZi

### 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

» Neu

### Keine Angst vor kindlichen Wutausbrüchen

Wenn sich Kleinkinder gesund entwickeln, lösen sie sich irgendwann zwischen 1,5 und 4 Jahren aus der Verschmelzung mit den Eltern und entdecken ihr eigenständiges Ich. Sie sind voller Entdeckergeist und Willenskraft. Stößt diese auf Grenzen, werden sie überflutet von starken Gefühlen wie Wut, Zorn und Verzweiflung.

Eltern sind in dieser Phase sehr gefordert und es tun sich viele Fragen auf. Kann man Wutanfälle vorbeugend verhindern?

Was kann ich tun, damit ich selbst nicht in den Strudel heftiger Gefühle gezogen werde?

Wie kann ich dem Kind dabei helfen, mit seiner Wut und Verzweiflung umzugehen?

Die Referentin geht auf diese und andere Fragen rund um den Trotz ein und steht auch für ganz konkrete Fragen der Teilnehmenden zur Verfügung



Referentin:

Sabine Maurer, BA, Erziehungswissenschaftlerin, Systemische Arbeit und Beratung, interkulturelle soziale Arbeit, Elternbildung, Mutter von zwei Kindern



## Erziehung macht stark

»

### **Bindung fürs Leben – wie Kinder bärenstarke Wurzeln bekommen**

Wenn wir Eltern werden, machen wir uns viele Gedanken darüber, wie wir die Erziehung gestalten. Was können wir tun, damit es den Kindern gut geht? Wie müssen wir sie erziehen, damit sie sich bestmöglich entwickeln?

Wir suchen fieberhaft nach Rezepten, wie wir vorgehen müssen. Wir fragen uns, was wir brauchen, um den Kindern den besten Start ins Leben zu ermöglichen.

Machen Sie sich keinen Druck, denn alle Fähigkeiten, Ihren Kindern starke Wurzeln zu verleihen, tragen Sie schon längst in sich!

Der Vortrag beschreibt den Weg zu einer sicheren Bindung und deren Stellenwert für die Entwicklung Ihrer Kinder. Praktische Beispiele, einprägsame Bilder und neueste Erkenntnisse der Forschung lassen Sie die Grundpfeiler einer jeden stabilen Eltern-Kind-Beziehung erkennen.



Referentin:

Dr.<sup>in</sup> Veronika Burtscher-Kiene, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Beraterin im Ehe- und Familienzentrum, Bloggerin [www.erziehungsgedanken.com](http://www.erziehungsgedanken.com), zweifache Mama

### **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

## Zusammenleben

»

» Neu

### **Rituale... welche Bedeutung haben sie im Leben unserer Kinder?**

Rituale begleiten die Menschheit seit ewigen Zeiten. Ostern, Weihnachten, Geburtstage etc. sind feste, ritualisierte Gewohnheiten in unserer Kultur und unserem Familienleben.

Rituale bereichern, machen Freude und Kinder lieben sie. Kinder bestehen oft auf eine Vielzahl von Wiederholungen im Tagesverlauf. Das morgendliche Trödeln, immer dasselbe Schauspiel beim Anziehen, all die Dinge, die berufstätige Eltern oft viel Geduld und Nervenstärke abverlangen, geben dem Kleinkind Sicherheit und Zeit, um sich langsam auf den unbekanntem Tag einzulassen: „Es ist alles wie gewohnt...!“ Strukturierte Tagesabläufe sind für das Kind sehr wichtig und beruhigend. Und ganz nebenbei erleichtern Rituale den Familienalltag, da viele Dinge nicht mehr jeden Tag aufs Neue ausverhandelt werden müssen.

Wann spricht man von einem Ritual? Welche Rituale sind sinnvoll und erleichtern oder bereichern das Leben mit Kindern? Wie lassen sich neue Rituale in den Alltag integrieren? Auf solche und ähnliche Frage möchte dieser Vortrag Antwort geben.



Referentin:

Sabine Maurer, BA, Erziehungswissenschaftlerin, Systemische Arbeit und Beratung, interkulturelle soziale Arbeit, Elternbildung, Mutter von zwei Kindern

### **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

## Zusammenleben

»

### **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

» Neu

### **Wenn jeder verschieden sein darf, ist keiner anders!**

Was meint eigentlich der Begriff Inklusion? Worauf lassen sich Kinder, Eltern, Lehrer ein? Und was haben eigentlich auch jene Kinder davon, die keine Beeinträchtigung haben?



Impulsvortrag und Diskussion zum Standpunkt, dass Kinder mit speziellen Bedürfnissen nicht als „Bremse“ für eine Gemeinschaft gesehen werden sollten, sondern vielmehr als Gewinn für ein gesundes, starkes Miteinander.

Denn: In der Vielfalt liegt die Zukunft.

Referentin:

Simone Fürnschuß-Hofer, Mutter von drei Kindern, eines davon mit Down-Syndrom. Text- und Projektgestalterin (2007 Publikation „Das Leben ist schön.“, 2014 Durchführung des Wertekongresses „Was Im Leben Wirklich Zählt“, seit 2015 für den Wortwechsel (Dialogformat der Diözese Feldkirch) verantwortlich. freischaffende Redakteurin der Straßenzeitung marie

## Zusammenleben

»

### **Kinder sind nichts für Feiglinge**

*Achtsamkeit und 7 Mutproben für Erziehende*

Seit Jahrtausenden üben sich Menschen in der Achtsamkeitspraxis und in formaler Meditation.

Doch wir können unser ganzes Leben und Arbeiten mit Kindern als spirituellen Weg begreifen, unsere Aufmerksamkeit nach innen und außen zu schulen und Herz und Sinne zu öffnen – Grundkompetenzen aller großen spirituellen Wege. Im Alltag von Familie und pädagogischer Arbeit finden wir alles, um das Handwerk - die skills - von Achtsamkeit, Verantwortung, Mitgefühl und Gewaltlosigkeit zu lernen und an Präsenz, Gelassenheit und Liebe zu wachsen.

Achtsamkeit hilft uns, aufzuwachen und uns einzulassen auf schwierige Momente und auf Augen-Blicke der Leichtigkeit. Dann verpassen wir nicht mehr, wie das Essen und wie unser Leben schmeckt. Dann hören wir die Vögel wieder zwitschern und unsere Kinder singen. 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)

### **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 SPAZi & SPAZini, Eltern-Trainerin & Familienbegleitung, Mutter von zwei Kindern

## Zusammenleben

»

### 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

» Neu

### Kinder trauern anders

*Tod und Trauer bei Kindern*

Was braucht ein Kind, damit es Zeiten der Trauer und des Verlustes möglichst gut durchleben kann? Was gibt ihm Halt? Und was können wir einem Kind zumuten? Soll es z. B. zu einer Beerdigung mitgenommen werden?

Wir werden darüber sprechen, was in Zeiten von Tod und Trauer hilfreich für die Kinder sein kann, denn für Kinder gibt es viele verschiedene Abschiede. Auch der Tod eines geliebten Haustieres kann sehr belasten. Ich möchte Verständnis für die kindlichen Formen der Trauer wecken und Sie als Eltern darin bestärken, den Themen Tod, Trauer und Sterben den Raum zu geben, der dem Leben dient.



Referentin:

Beatrix Berthold, Koordinatorin Hospiz für Kinder und Jugendliche in Vorarlberg, zertifizierte Focusing-Therapeutin (DAF Würzburg), psychologische Beraterin, langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung, eigene Praxis für Psychotherapie und Beratung, Hortpädagogin, Mutter eines erwachsenen Sohnes

## Zusammenleben

»

### 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

Enttäuschung 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.

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



Referentin:

Angelika Wischenbart, familylab-Seminarleiterin, Mutter von 2 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

### Mein Sohn – wie tickt er?

Sind Buben anders, sind sie schwieriger?

Weshalb sind sie oft aggressiver und müssen 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

## Clevere Familie

»

### **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 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. Legasthethietrainerin

» Neu

### **Stressabbau durch Kreativität**

*Matschen, schneiden, kleben, zeichnen, pinseln und bauen*

Wenn Kinder kreativ schaffen können, finden zahlreiche Prozesse im Innern des Kindes statt. Wie sie dabei Stress abbauen, schwierige Situationen bewältigen und entspannen können, erfahren wir in diesem Kurs. Was für Materialien braucht es dafür und warum muss ein Schneemann manchmal rosa sein?



Referentin:

Anna Schweighofer, BA, Mutter von drei Kindern, Bildung und Erziehung in der Kindheit, Kindergartenpädagogin, Sozialpädagogin, Kinderphilosophin, Montessoripädagogin, freie Lernbegleiterin, arbeitete in verschiedenen internationalen Einrichtungen für Kinder und in der Erwachsenenbildung

## Clevere Familie

»

### **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.<sup>a</sup> Verena Punter, Klinische und Gesundheitspsychologin, Leiterin des Kinderhauses in Nenzing



## 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 - sicher reagieren bei Notfällen mit Kindern, Kleinkindern und Säuglingen

Viele Unfälle bzw. Notfälle mit Kindern passieren zu Hause. Für die Erwachsene ist es wichtig schnell und richtig zu reagieren!

- » Bienenstich – was hilft?
- » Wundversorgung – was sollte ich im Haus haben?
- » Verschlucken – wie kann ich helfen?
- » Verbrennungen - wie behandle ich diese richtig?
- » Fieberkrampf – was kann passieren?

Diese und auch andere Themen kommen zur Sprache und werden mit vielen praktischen Materialien erprobt. Die Referentin erläutert die häufigsten Kindernotfälle und beantwortet gerne alle Fragen.



Referentin:

Regina de Pretis, hauptberuflich beim Roten Kreuz im Bereich des Rettungsdienstes und Aus- und Weiterbildung

## Gesundheit



### 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

### 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

## Gesundheit

»

### **Calcium und Co – starke Knochen, starke Kinder**

„Trink Milch, damit du starke Knochen bekommst!“ Diese gut gemeinte Ernährungsweisheit bekommen immer noch viele Kinder von ihren Eltern zu hören. Doch wie gesund ist Kuhmilch wirklich? Und was benötigen Kinder, um ein stabiles Knochengерüst aufzubauen?



In diesem Vortrag wird der komplexe Knochenstoffwechsel in verständlicher Form dargestellt, um ein klares Bild von der Bedeutung des Zusammenspiels von Vitalstoffen für die Knochengesundheit zu erhalten, und dabei der althergebrachte Milchkonsum-Appell auf den Prüfstand gesetzt.

Neben dem theoretischen Input bringt dieser Vortrag auch zahlreiche Rezepte und praktische Zubereitungstipps, speziell rund um Frühstück und Jause.

Referentin:

Mag.ª Eva Wachter, Kindergartenpädagogin, Diplomstudium der Ernährungswissenschaften, Fastenleiterin, verheiratet, Mutter von zwei Kindern

### **Zuckersüß und kunterbunt: ZUCKER – Genuss oder Gift?**

Wer kennt das nicht: Unsere Kinder essen Süßigkeiten und bald darauf wirken sie unruhig und ungestüm. Offensichtlich sind sie aus dem Gleichgewicht gebracht.

Verändert die Aufnahme von Süßem das Verhalten unserer Kinder? Macht Zucker unaufmerksam, aufgedreht und abhängig?



In diesem Vortrag wird anschaulich der Einfluss von Zucker auf den kindlichen Stoffwechsel erläutert, Inhaltsstoffe ausgewählte Kinderlebensmittel werden genauer unter die Lupe genommen und deren Gesundheitswert hinterfragt.

Des Weiteren gibt es Tipps und Tricks für einen vertretbaren Umgang mit Süßem sowie Rezeptideen für gesunde Naschereien.

Referentin:

Mag.ª Eva Wachter, Kindergartenpädagogin, Diplomstudium der Ernährungswissenschaften, Fastenleiterin, verheiratet, Mutter von zwei Kindern

## Medien und Konsum

»

### 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

### Neue Medien - praktische Tipps für Eltern

Die neuen Medien wie Internet, Onlinespiele, 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

### 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

## Medien und Konsum

»

### 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.ª Nadja Zagonel, Erziehungswissenschaftlerin, verheiratet, Referentin der Schuldenberatung Vorarlberg

### WhatsApp, Pokemon Go und Minecraft im Kinderzimmer?

*Tipps zur Medienerziehung von Kindern im Kindergarten- und Volksschulalter*  
Handy, Tablet, Spielkonsolen und Computer sind heute aus vielen Haushalten nicht mehr wegzudenken. Kein Wunder also, dass neue Medien für Kinder im Kindergarten- und Volksschulalter bereits einen großen Stellenwert einnehmen. Doch wir Eltern sind oft verunsichert und besorgt: Soll man 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? 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 in soziale Netzwerke wie WhatsApp?



Beim Elternabend „WhatsApp, Pokemon Go und Minecraft im Kinderzimmer“ sollen Hilfestellungen für solche und ähnliche Fragen gegeben werden. Praxisnah wird vermittelt, wie Eltern den Medienkonsum ihrer Kinder begleiten können, welche Erziehungsgrundsätze hier zum Tragen kommen und was Eltern über neue Medien wissen sollten.

Zielgruppe: Eltern von Kindern von 3 bis 10 Jahren

Referent:

Mag. Andreas Prenn, Supro-Werkstatt für Suchtprophylaxe, Vater von drei Kindern

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

»

» Neu

### Singen, tanzen, musizieren

Eine Entdeckungsreise für Klein und Groß

Ein Koffer voller Bewegungslieder, Materialien, Fingerspiele, Klangexperimente, Rhythmusstücke, Kreistänze, Musikinstrumente, Tanzgestaltungen und und ...

inspiriert, bewegt und verbindet Klein und Groß zum gemeinsamen Singen, Tanzen und Musizieren. Wir schärfen unsere Sinne, entwickeln aus uns heraus und erleben uns gegenseitig in Bewegung und Klang.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – die Freude am gemeinsamen Tun steht im Mittelpunkt.



Referentin:

Mag.ª Natalie Begle-Hämmerle, Mutter von drei Kindern, Musik- und Tanzpädagogin, Lehrtätigkeit für Tanz, Elementare Musik- und Bewegungspädagogik und RhythmikMB an Institutionen wie VlbG. Landeskonservatorium, Musikschule und BAfEP, freischaffend an Kindergärten und Schulen, Erwachsenenbildung

### Spielen, Balgen, Ursprüngliches Spiel, Original Play® in der Praxis erleben

Wenn wir in eine Begegnung ohne Worte einsteigen, wenn wir uns behutsam und doch ganz körperlich auf Kinder einlassen, und wenn sie wild sein dürfen, wenn sie auf uns herumklettern und sogar richtig balgen dürfen, dann erleben wir meist die tiefe Resonanz und innere Freude der Kinder. Es ist wie ein Heimkommen und hilft, Vertrauen zu gewinnen und Ängste abzubauen.

Gleichzeitig schafft dieses zweckfreie Spiel einen Raum, wo sich das Kämpferische und Aggressive wieder in ursprüngliches Spiel verwandeln kann.

Jenseits der Trennung durch Sieg oder Niederlage, wie wir sie oft im „kulturellen Spiel“ erleben, können wir Geborgenheit und eine ursprüngliche Erfahrung von Verbundenheit erfahren.

Das Spiel entsteht auf einer Mattenfläche ohne Anleitung, ohne Regeln, ohne Zweck und Verzweckung. Es folgt dem, was sich spontan aus dem Zusammensein und dem nonverbalen Kontakt entwickelt, sei es ein nebeneinander Herumkrabbeln, sanfte Berührungen mit den Fingern oder wildes Balgen.

**Eltern sind hier in den Kindergarten eingeladen, um Steve Heitzer im Spiel mit den Kindern zu beobachten. Anschließend 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)

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

»

### **Kuschelmonster gegen Albträume**

*Märchen „Das Traumfresserchen“*



Zuerst hören wir die Geschichte vom „Traumfresserchen“ und anschließend werden wir unser eigenes Traumfresserchen filzen. Sein großer Mund ist bunter wie der Regenbogen, denn dieses kleine Kerlchen verwandelt all die bösen, dunklen Träume, sodass wir uns nicht mehr zu fürchten brauchen... so erging das jedenfalls dem Schlafittchen vom Schlummerland.

Materialbeitrag pro Traumfresserchen € 3,50 / keine Filzerfahrung erforderlich

Referentin:

Sandra Noyalet, Kindergartenpädagogin, Gründerin der Waldkindergruppe Rankweil, Mutter von zwei Töchtern

### **„Mama hat heute frei“ - Väter und Kinder Zeit**

*Ein etwas anderes Angebot für Väter mit ihren Kindern*



Väter sind oft leichter zu erreichen, wenn sie was tun und sich einbringen können. Gemeinsam mit 2 bis 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.

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

»

### 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. 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).

### Bewusste Familienzeit

Ideen und Rituale im Tages- und Jahreskreis – ganz praktisch

Erinnerst du dich an den letzten verregneten Sonntag?

Wie könnten wir unserer ganz normalen Woche etwas Besonderes geben?

Welche Themen und Tage im Jahr könnten wir mal anders erleben? Und wie?

Die Wochen und Tage verfliegen, wir rennen hinterher und merken, dass sich wohl nicht alles Geplante unterbringen lässt.

Gemeinsame Familienzeit ist unendlich kostbar und es ist gut, immer wieder bewusst dafür Zeitinseln zu schaffen. Dabei geht es nicht um noch mehr Aktion (Ausflüge, Veranstaltungen...), sondern um einfache Rituale im Tages- und Jahreskreis, die für die ganze Familie eine große Bereicherung sein können: einfach und mit Tiefgang.

Nach einer kurzen Einführung ins Thema, probieren Eltern und Kinder die eine oder andere Idee gemeinsam aus und entdecken dabei wunderbare Schätze für ihren Familienalltag.

Teil 1: Impuls für die Eltern, Angebot für die Kinder

Teil 2: gemeinsame Zeit für Eltern mit ihren Kindern



Referentin:

Carmen Willi, Familie mit drei Kindern, Grundschullehrerin, tätig in der Erwachsenenbildung



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

»

### Leichtfüßig durch die Märchenwelt - Märchenwanderung

*„Im Wissen der Märchen liegt das Schmunzeln der Ahnen.“ (M. Wenzel)*

Im Zusammensein mit Kindern sind Märchen eine große Bereicherung. An diesem Nachmittag werden wir gemeinsam von einem Märchen zum anderen wandern, vorbei an Märchentischen, anhand derer die Geschichten noch einen zusätzlichen Zauber bekommen. Abschließend gestalten wir unseren eigenen Märchentisch und werden sehen, welche Fee sich zu uns hinsetzt.

Märchen entfalten ihre Magie am Besten, wenn sie frei erzählt werden.

Bei Schlechtwetter kann dieses Seminar auch in einem Raum bzw. Räumen veranstaltet werden.



Referentin:

Sandra Noyalet, Kindergartenpädagogin, Gründerin der Waldkindergruppe Rankweil, in welcher bei Wind und Wetter Märchen erzählt werden, Mutter von zwei Töchtern

» Neu

### Wie der kleine rosa Elefant einmal sehr traurig war und wie es ihm wieder gut ging

Wenn der beste Freund wegzieht... dann kann man schon mal traurig sein, aber die Eule Heureka weiß da einen guten Rat, Benno wird wieder glücklich und findet auch neue Freunde! Außerdem gibt es da ja auch noch den „Seelenvogel“, der ein treuer Begleiter ist. Auch die Kinder machen sich mit auf den Weg, wenn der kleine Elefant Benno zur Eule Heureka geht.

Die Handpuppenspielerin Angelika Heinzle kommt mit Kindern und Eltern mit Hilfe des gleichnamigen Buches und verschiedener Handpuppen „ins Gespräch“ über Abschiede, Trauer und die Kraft etwas Neues zu beginnen.



Referentin:

Angelika Heinzle-Denifle, Religionslehrerin, Weiterbildungen in Religionspädagogischer Praxis und Handpuppenspiel

### Kinderaugen zum Leuchten bringen

Wenn Kinder und Erwachsene fasziniert der Figur der Handpuppenspielerin folgen, fühlen alle den Zauber, der vom Spiel mit Hand und Sprache ausgeht. Eine Handpuppe kann nicht nur Geschichten erzählen, sondern auch trösten, beraten, ermutigen und erheiternd viele Fehler machen. Sie kann den Kindern helfen, Gefühle zu verstehen, zu verarbeiten und Lösungen für Probleme zu finden. An diesem Vormittag oder Nachmittag wird Angelika Heinzle-Denifle eine Geschichte mit Handpuppen für Eltern und Kinder erzählen. Für die Eltern gibt es eine kurze Einführung in den Umgang mit Handpuppen zu Hause.

An der Medienstelle der Diözese können die Handpuppen mit passenden Bilderbüchern kostenlos ausgeliehen werden. Eine Liste erhalten Sie im Anschluss!



Referentin:

Angelika Heinzle-Denifle, Religionslehrerin, Weiterbildungen in Religionspädagogischer Praxis und Handpuppenspiel

## Das gute Leben

»

### **Weniger ist mehr. Eine kurze Anleitung zum guten Leben.**

Wir haben heute mehr Lebensmöglichkeiten den je und gleichzeitig eine unüberschaubare Fülle an Ratgebern auf dem Weg zum Glück. Doch sind wir wirklich glücklicher? Und müssen wir in allen Bereichen so perfekt sein, wie man uns dauernd einredet? Nicht umsonst beginnen immer mehr Menschen auszubrennen. Wir müssen wieder das rechte Maß finden und schauen, dass uns die Lebensfreude nicht verloren geht. Das gute Leben ist auf jeden Fall weniger als alles. Und vermutlich kann man nur im Unperfekten wirklich gut leben!



Referent:

Dr. Markus Hofer leitete viele Jahre das Männerbüro in Vorarlberg - also ein Mann, der glaubt, sich bei Männern etwas auszukennen

### **Seelennahrung für mich als Frau**

Positive Situationen können uns in einen Zustand versetzen, der das Erleben, Fühlen und Denken verändert. Wir fühlen uns stark, sicher, kompetent, haben das Gefühl, alles schaffen zu können! Wir sind genau richtig, so wie wir sind. In diesem besonderen Zustand haben wir einen optimalen Zugang zu unseren inneren Kräften und Ressourcen.



An diesem Nachmittag/Abend möchte ich mit Ihnen die persönliche innere Kraftquelle ausfindig machen. Sie kann im oft turbulenten Alltag mit Kindern bewusste Seelennahrung für mich als Frau und Mutter sein.

Zielgruppe: Für Frauen, die sich selbst etwas Gutes tun wollen.

(max. 8 Frauen, Dauer 2 Stunden)

Referentin:

Mag.ª Monika Schwärzler, Mutter von 5 Kindern, Psychotherapeutin (Psychodrama) in eigener Praxis „Spiellernraum“ in Dornbirn, [www.spiellernraum.at](http://www.spiellernraum.at), VS-Lehrerin, Sonder- Heilpädagogin

### **Frauen ticken anders - Männer erst recht**

„Warum kann eine Frau nicht sein wie ein Mann“, klagt Prof. Higgins in „My fair Lady“. Viele Frauen haben dasselbe schon umgekehrt gedacht. Die gegenseitigen Vorwürfe sind immer wieder die gleichen. Die Frauen beklagen, dass die Männer jammern, nicht reden und im Haushalt nichts tun. Die Männer jammern, dass die Frauen ständig nörgeln, dauernd ihre Gefühle betonen, alles kontrollieren und sie völlig vereinnahmen wollen. Männer und Frauen sind verschieden und dürfen es sein. Diese Einsicht allein erleichtert schon vieles. Wenn wir um solche Unterschiede wissen, können wir besser miteinander umgehen.



Referent:

Dr. Markus Hofer leitete viele Jahre das Männerbüro in Vorarlberg - also ein Mann, der glaubt, sich bei Männern etwas auszukennen

» Themen

» Buchung

## Das gute Leben

»

### Eltern sein – 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.ª Gudrun Posch, Studium in Erziehungs- und Sozialwissenschaft, Schwerpunkt Grundlagen der Psychotherapie und Beratung, Sexualpädagogin, verheiratet, 3 Kinder



## 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 Sie bitte, per E-Mail an die Elternbildung zurück.

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

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 nach der Veranstaltung den kurzen **Fragebogen** aus.

Falls **weniger als fünf Teilnehmer** zur Veranstaltung gekommen sind, findet der Vortrag 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.

Bitte senden Sie folgende Unterlagen an die Elternbildung:

- » **ausgefüllten Fragebögen**
- » **Familienpass Antragsformulare**
- » **eine Kopie der Einladung**

Über Fotos der Veranstaltung freuen wir uns sehr

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

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen!

### **Anette Loitz, Elternbildung**

Katholisches Bildungswerk Vorarlberg

Unterer Kirchweg 2, 6850 Dornbirn

E anette.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at , M 0676 83240 2140

[www.elternbildung-vorarlberg.at](http://www.elternbildung-vorarlberg.at)

[www.facebook.com/elternchat](https://www.facebook.com/elternchat)







# ELTERN BILDUNG

