

# » ELTERN BILDUNG



## Plaudertasche und Lesetiger 2018-19

»

### Unsere Themen:

- » Lesen und Leseförderung
- » Geschichten, Märchen, Kreatives
- » Sprache und Mehrsprachigkeit
- » Neue Medien
- » Angebote für Mama/Papa/Oma/Onkel... mit Kind
- » Das gute Leben
- » Kommunikation in der Familie
- » Organisatorischer Ablauf

# Plaudertasche und Lesetiger

»

*Elternbildung...*

*...Impulse für den Alltag mit Kindern*

Sprache spielt in unserem Leben eine wichtige Rolle. Kinder beim Erlernen und Nutzen der Sprache zu unterstützen ist ein wichtiger Grundstein für das weitere Leben. Das vorliegende Angebot bringt Eltern, Großeltern und allen Interessierten die Bedeutung von Sprache, Lesen und Vorlesen näher und bietet gute Anregungen und Ideen um dies in den Familienalltag einzubauen. Aus dieser Broschüre können verschiedenste Einrichtungen Veranstaltungen auswählen und anbieten:

- » Bibliotheken
- » Eltern-Kind-Zentren
- » Kleinkindbetreuungseinrichtungen und Spielgruppen
- » Kindergärten
- » Schulen
- » Elternvereine
- » Gemeinden
- » usw.

## **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!**

## Lesen und Leseförderung

»

### Lesen fängt mit Bilder an

*Lesefrühförderung für die Kleinsten*

Der spielerische Umgang mit Büchern fördert die Sprachentwicklung von Kleinkindern und legt schon den Grundstein für das Lesen. Kinder sind neugierig und wollen die Welt entdecken – von Anfang an. Mit Bilderbüchern und Geschichten unterstützen wir sie auf dieser Entdeckungsreise. Bücher lassen sich begreifen, befühlen und Vieles mehr – alle fünf Sinne sind mit dabei. Und zudem geben wir den Kindern wertvolle Zeit und Zuwendung. Wie und mit welchen Büchern können wir bei unseren Kindern die Freude an Büchern wecken? Können Babys schon Bücher anschauen und warum bilden Bilderbücher einen Grundstein zur Sprach- und Lesekompetenz?



Referentin:

Wilma Schneller, Bibliothekarin, Arbeitsschwerpunkt Kinder- und Jugendliteratur, Trainerin in der Ausbildung für BibliothekarInnen, Dipl. Absolventin des Fernkurses für Kinder- und Jugendliteratur/STUBE, Wien

» 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.

## Geschichten, Märchen, Kreatives

»

### Was wäre die Welt...

„Was wäre die Welt...“ – ein Satzanfang, der ergänzt werden will. Ein Satzanfang, der Wünsche, Hoffnungen und Sehnsüchte ansprechen kann. „Was wäre die Welt...“ – unter diesem Titel lassen sich Bücher und deren Geschichten für Kinder zusammenfassen, denn menschliche, ethische, philosophische und auch religiöse Fragen begleiten uns ein Leben lang.

Geschichten und Erzählungen, Texte unterschiedlichster Art können für Kinder und deren erwachsene Begleiter die wirklich interessanten Fragen nach dem Sinn des Lebens immer wieder stellen. In realistischen Erzählungen können Lebensgeschichten in unterschiedlichen Facetten dargestellt sein und philosophische Geschichten regen uns an nachzudenken und querzudenken und führen Kinder und Erwachsene oft in ein tiefes Staunen.

In diesem Angebot werden entsprechende Texte und Bücher für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren vorgestellt und praktische Umsetzungsmöglichkeiten für die Begegnung mit den Kindern im Alltag erprobt.

Die Themenschwerpunktsetzung (z.B. Werteerziehung, Umgang mit Krisen und Trauer, Fragen nach dem Ursprung usw.) werden im Vorfeld mit der Referentin abgeklärt.



Referentin:

Mag.ª Hannerose Koch-Holzer, Theologin, Pädagogin, seit vielen Jahren in der Erwachsenen- und Elternbildung tätig

### Bilderbücher mit allen Sinnen erfahren

*Zu einem ausgewählten Thema (z.B. Herbst, Frühling, Weihnachten, Vertrauen, Selbstbewusstsein, Problemlösungen, usw.)*

Kinder lieben Bilderbücher. Um diese Begeisterung zu bewahren und zu fördern wollen wir die Kinder mit allen Sinnen in die Welt der Bücher einführen.

Gemeinsam werden wir ein Bilderbuch erarbeiten und zu folgenden Fragen Überlegungen anstellen:

- » Welche Bücher wählen wir aus, und weshalb gerade diese?
- » Wie gelingt es uns, die Kinder durch Bilderbücher ganzheitlich anzusprechen?
- » Was ist besser: Vorlesen oder erzählen?
- » Wie können wir Sprache, Stimme, Mimik, Gestik einsetzen?
- » Wie und mit welchen Hilfsmitteln können wir Bilderbücher erarbeiten und vertiefen?
- » Welche Methoden und Materialien helfen Spannung zu erzeugen und die Aufmerksamkeit der Kinder zu erlangen?



Referentin:

Brigitte Olschnögger, Kindergartenpädagogin, Weiterbildungen für PädagogInnen, Mutter von vier Kindern

» Themen

» Buchung

## **Geschichten, Märchen, Kreatives**

»



### **„Erzähl mir doch ein Märchen!“**

*Märchen und ihre Bedeutung in der kindlichen Entwicklung*

In diesem Seminar wird die Bedeutung der Märchen für die Gesamtentwicklung des Kindes erschlossen. Dies geschieht sowohl in Theorie und Praxis!

Referentin:

Mag.ª Hannerose Koch-Holzer, Theologin, Pädagogin, seit vielen Jahren in der Erwachsenen- und Elternbildung tätig

## Sprache und Mehrsprachigkeit

»

### **Komm, sprich mit mir!**

Wie verläuft die normale Sprachentwicklung? Wie kann ich Kinder in ihrer Sprachentwicklung unterstützen und Sprechlust und Sprechfreude anregen? Bedeutet Mehrsprachigkeit mehr Risiko oder Chance?

All diese Themen werden anhand des Sprachbaumes von Wolfgang Wendlandt verdeutlicht. Ebenso wird ein Überblick über Aussprachefehler und Abweichungen von der normalen Sprachentwicklung erläutert und somit die Frage geklärt, wann ein Kind eine logopädische Abklärung braucht. Tipps, Ideen, Informationen und Spiele zur Förderung der Sprachenentwicklung werden vorgestellt.



Referentinnen:

Petra Hug, freiberuflich tätige Logopädin, Lehrtherapeutin für Integrative Stimmtherapie, Mutter eines Sohnes  
Monika Fitsch, freiberuflich tätige Logopädin, Sozialpädagogin, Mutter von drei Töchtern

### **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

## Neue Medien

»

### 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 Abends 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

## Neue Medien

»

### 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 Vortrag „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 Jahre

Referent:

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



## Angebote für Mama/Papa/Oma/Onkel... gemeinsam mit Kindern...

»

### 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

### 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, langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung

## 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

### **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

### **„Kommt, lasst uns reisen in die Welt der Märchen“**

*Gemeinsamer Märchennachmittag für 4 bis 8 jährige Kinder und Erwachsene*

Auf spielerische Weise wird gemeinsam ein Märchen entdeckt. Im Spielen, Erzählen, Hören, Legen und Gestalten wird an diesem Nachmittag ein Märchen lebendig!



Referentin:

Mag.<sup>a</sup> Hannerose Koch-Holzer, Theologin, Pädagogin, seit vielen Jahren in der Erwachsenen- und Elternbildung tätig

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

»

### 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, Kampfespiele 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 „Kampfespiele“ Trainer.

» 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

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

»

### **Gemeinsame Reise in die magische Rollenspielwelt**

In Rollenspielen können wir in einer symbolhaften Sprache die Herausforderungen des Lebens, die Suche nach dem Lebensglück, nach der Liebe und vieles mehr von einer anderen Perspektive heraus betrachten. Ich lade Sie, als Papa, Mama, Oma, Opa, ein, gemeinsam mit Ihrer Tochter, Ihrem Sohn, EnkelIn..., Rollenspiele in ihrem Wesen zu erfahren und dabei mit den eigenen inneren Bildern in Berührung zu kommen. Gemeinsam erarbeiten wir eine Geschichte, wählen eine Rolle, verkleiden uns und spielen die Geschichte auf der Bühne. Dabei kann die Beziehung zwischen dem Erwachsenen und dem Kind in der Gruppe spielerisch vertieft und gestärkt werden.

Zielgruppe: für Kinder (6 bis 12 Jahre) in Begleitung eines Erwachsenen (Mama, Papa, Oma, Opa, Pate), max. 6 Kinder/6 Erwachsene, 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

## Kommunikation in der Familie

»

### 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, Eltern-Trainerin und Familienbegleitung, Mutter von zwei Schulkindern

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

„Mein Kind kann schon so toll zeichnen – deins auch?“

„Mein Kind kann schon lesen – deins auch?“

„Mein Kind wird das Gymnasium besuchen – deins auch?“

Manchmal begegnen uns in unserem Familienalltag Fragen wie diese. Wir vergleichen Kinder untereinander und manchmal setzen wir uns selbst und unsere Kinder damit unter Druck.

Doch unsere Kinder folgen keinem vorgefertigten Entwicklungsplan. Sie sind selbst Profis für ihre Entwicklung und haben das Recht, in ihrem Tempo zu wachsen, zu gedeihen und zu lernen.

In diesem Vortrag geht es darum, wie Eltern den ganz eigenen Bedürfnissen jedes einzelnen Kindes aufmerksam begegnen können.



Referentin:

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

### 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

## 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

## Das gute Leben

»

### **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 3 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)





## 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 **Veranstaltungstermin** und melden diesen mittels **Anmeldeformular** per E-Mail an die Elternbildung

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

Bitte weisen Sie bei allen **Bewerbungsmaßnahmen** sowie direkt bei der Veranstaltung auf die **Unterstützung** des Katholischen Bildungswerks und des Landes Vorarlberg und gegebenenfalls der Landesbüchereistelle hin.

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

Falls **weniger als fünf TeilnehmerInnen** 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,--.

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,-- geht an die von Ihnen angegebene Rechnungsadresse.

**Für Bibliotheken übernimmt die Landesbüchereistelle die gesamten Kosten.**

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 832402140

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







# ELTERN BILDUNG

