

eltern
W E R K S T A T T

2019 | 20



Eltern-Kind-Zentrum Salzburg

F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen

Tel.: 0662 8047-7560

ekiz@bildungskirche.at

www.bildungskirche.at

Informationen

Was ist eine ?

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

Was ist das Besondere der ?

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

Warum ist eine mehrteilig?

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

Wie komme ich zu einer ?

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

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

Telefonnummern und E-Mail-Adressen der ReferentInnen finden Sie im Bildungsanzeiger und im internen Bereich unserer Website: www.bildungskirche.at

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

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

Wie finanziert sich eine ?

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

Gruppenangebote der ?

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

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

Organisation

Thema aussuchen

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

Raum reservieren

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

Werbeabteilung:

Tel.: 0662 8047-7517

kbw@bildungskirche.at

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

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

Am Tag der Veranstaltung:

Raum herrichten, ReferentIn empfangen

TeilnehmerInnenbeitrag kassieren

TeilnehmerInnen und ReferentIn der ElternWerkstatt begrüßen

Nach der Veranstaltung:

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

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

IHRE ANSPRECHPARTNERIN IST:

Mag.^a (FH) Ilona Pichelstorfer

Pädagogische Mitarbeiterin

Tel. 0662 8047-7566

ilona.pichelstorfer@bildungskirche.at

Für die Förderung danken wir dem

 **Bundeskanzleramt**
Bundesministerin für Frauen
Familien und Jugend



Ingrid Achatz-Leithold, MSc
Pädagogin, Psychosoziale Beraterin,
Erwachsenenbildnerin

DAS HOCHSENSIBLE KIND

Wie es die Welt wahrnimmt und was hilfreich ist

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

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

2-teilige ElternWorkstatt



Mag. Eva Fernsebner-Hammer
Neuromotorische Entwicklungstrainerin,
Erwachsenenbildnerin, Pädagogin

DIAGNOSE „AUFFÄLLIG“!?



Wie frühkindliche Reflexe Lernen und Entwicklung beeinflussen können

Wir bewegen uns, um zu lernen! Im Mutterleib und als Säugling helfen uns dabei frühkindliche Reflexe. Diese ElternWorkstatt informiert Sie über die Zusammenhänge und Auswirkungen, wenn frühkindliche Reflexe über ihre Funktionszeit hinaus fortauern - die sogenannte Neuromotorische Unreife. Sie erkennen typische Auffälligkeiten, erfahren praktische Tipps und Alltagshilfestellungen und wir erarbeiten gemeinsam Übungen zur Prävention und Förderung.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Claudia Köckeis

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin,
Körpertherapeutin

DIE KUNST EINEN KAKTUS ZU UMARMEN

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

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

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

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



Christine Hagler

Ernährungsberaterin nach TCM

ENERGIE-FRÜHSTÜCK NACH TCM

Kinder für den Tag stärken

Das Frühstück ist wesentlich für einen guten Start in den Tag. Nach der Traditionellen Chinesischen Medizin ist das warme Frühstück besonders abwehrstärkend und energiebringend.

Bei dieser ElternWorkstatt erhalten Sie Informationen zu:

- TCM/5-Elemente-Ernährung
- Lebensmitteln, insbesondere zum warmen Frühstück
- verdauungsfördernden Gewürzen
- Teemischungen

Wir bereiten ein warmes Frühstück zu und verkosten dieses gemeinsam.

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt, inkl. Praxisteil



Miriam Schaufler
Dipl. Ökotrophologin, Ernährungsberaterin



Petra Traintinger
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Mediatorin

ESSEN MACHT SPASS

Ernährung für kleine und große Kids

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

In dieser ElternWorkstatt setzen wir uns auseinander mit:

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

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

Hinweis:

Ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel wird bei der Veranstaltung eingehoben.

**2-teilige ElternWorkstatt geblockt,
inkl. Praxisteil**

FAIRES STREITEN ZWISCHEN KINDERN

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

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



Sabine Schäffer

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



Eva Maria Wanghofer, MA

Sozialpädagogin, Kinesiologin, Family-
Support-Elterntainerin

FAMILIENFESTE FÜRS HERZ

Gemeinsam durch den Advent

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

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt

FIT FÜR DIE SCHULE

MIT BRAIN-GYM®



Mehr Leichtigkeit und Freude beim Lernen

Um optimal lernen zu können ist es wichtig, dass verschiedene Bereiche des Gehirns gut zusammenarbeiten. Ist das nicht der Fall, können Lernblockaden entstehen. Brain-Gym®-Bewegungsübungen lassen einzelne Teile des Gehirns wieder besser miteinander kommunizieren und steigern die Gehirnaktivität. So kann wieder Freude am Lernen entstehen. Im Kurs lernen Sie einige dieser Übungen kennen und können diese sofort zu Hause mit Ihrem Kind umsetzen.

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



Karin Gratzer

Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und Seniorengesundheitstrainerin

GESUNDES ESSEN LEICHT GEMACHT

Tipps und Tricks

Man hört und liest viel über gesunde Ernährung. Wissen Sie jedoch,

- worauf es dabei am meisten ankommt?
- wie einfach es sein kann sich gesund zu ernähren?
- wie köstlich gesundes Essen schmecken kann?

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

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt



Tanja Hochgründler

Dipl. Mentaltrainerin

HERZENSBILDUNG

Was Kinder glücklich macht

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

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

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Mag. DI. Sigrid Grünberger
Unternehmensberaterin, Trainerin, Coach,
Soziologin

HERZWÄRTS – UNTERWEGS ZUM EIGENEN HERZEN

Gelebte Herzensbildung im Alltag

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

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

**3-teilige ElternWorkstatt, 1. und 2. Teil
auf einen Termin geblockt**



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

HEUT' IST MEIN GEBURTSTAG

**Geburtstagsfeiern kreativ und mit
Herz gestaltet**

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

Wir setzen uns damit auseinander, wie wir Geburtstagsfeiern zu einem besonderen Erlebnis machen können, das auch die Persönlichkeit und Bedürfnisse des jeweiligen Kindes berücksichtigt. Wir füllen unsere Geburtstagsideenkiste mit Spiel-, Bastel- und Gestaltungsvorschlägen und sprechen über die Bedeutung von Ritualen.

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Brigitte Steinacher-Sigl
Heilpraktikerin, Dipl. Erwachsenenbildnerin,
DGKS

HILFREICHE WICKEL

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

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



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

KINDER BRAUCHEN GRENZEN! BRAUCHEN KINDER GRENZEN?

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

Inhalt dieser ElternWorkstatt:

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

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Monika Kronberger
Dipl. Erwachsenenbildnerin

KINDERN MUT MACHEN

Leben, lieben und begleiten

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

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

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

2-teilige ElternWorkstatt



Tanja Hochgründler
Dipl. Mentaltrainerin

KINDERN OPTIMISMUS SCHENKEN

Kleine Schritte - große Wirkung

Zuversicht und ein positives Selbstbild sind wertvolle Lebens-Begleiter.

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

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

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Barbara Dürr
Kindertuinatherapeutin, Heilpraktikerin

KINDERTUINA

Rasche Hilfe für Ihr Kind

Bei dieser ElternWorkstatt erhalten Sie Informationen zu Kindertuina und ihren vielfältigen Einsatzmöglichkeiten. Mit speziellen, leicht zu erlernenden Griff-techniken können Heilungsprozesse positiv beeinflusst werden. Sie erfahren Wissenswertes zum Einsatz von Kindertuina bei:

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

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Barbara Dürr
Kindertuinatherapeutin, Heilpraktikerin

KINDERTUINA

Entwicklung des Kindes

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

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

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Annette Wachinger

Erzieherin, Musikgartenlehrkraft, Kinderkräuterpädagogin, Bibliothekarin

KLEINE FORSCHER GANZ GROSS

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

Hinweis:

Materialkosten € 4,-

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Annette Wachinger

Erzieherin, Musikgartenlehrkraft, Kinderkräuterpädagogin, Bibliothekarin

KRABELMÄUSE - LESEZWERGE

Sprach- und Leseförderung

Kleinkinder lieben es, Geschichten zu lauschen und sich in Bilderbücher zu vertiefen. Reime, Fingerspiele und Lieder mit Bewegung ermöglichen spielerischen Spracherwerb. Unter dem Motto „Hüpfen, Tanzen, Singen bringt Sprache rasch zum Klingen“ bietet die ElternWorkstatt:

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

Alle Inhalte lassen sich ohne großen Aufwand in den Familienalltag integrieren.

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



Erika Ramsauer, MTD

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für Personale Pädagogik

LIEBE UND HALT VON ANFANG AN

Das macht Ihr Baby fit fürs Leben

Ein Baby rüttelt das bisherige Leben durcheinander und wir wollen das Beste von Anfang an. Für eine gesunde Entwicklung sind vor allem auch sichere Bindungen von großer Bedeutung.

Basierend auf den neuesten Erkenntnissen aus der Forschung erhalten Sie Hilfestellung für die Entwicklung einer sicheren Bindung, sodass der Stress durch den eigenen Anspruch, alles so gut wie möglich machen zu wollen, kleiner wird und Sie das Leben mit Ihrem Kind entspannt genießen können.

2-teilige ElternWorkstatt, auch 1-teilig buchbar



Karin Gratzner

Ärztl. geprüfte Ernährungs-, Kinder- und Seniorengesundheitstrainerin

MITEINANDER KOCHEN MACHT SPASS

Eltern-Kind-Koch-Workstatt

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

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



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

OMA UND OPA SIND DIE BESTEN!

Die besondere Rolle der Großeltern

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

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

4-teilige ElternWorkstatt



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

RICHTIG ESSEN MACHT KINDER SCHLAU UND FIT

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

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

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt



Erika Ramsauer, MTD

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für
Personale Pädagogik

WAS KINDER STARK MACHT

Resilienz – die Abwehrkraft der Psyche

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

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

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



Karin Gratzner

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

Z'SAMM KOCHEN

Generationenkochen

Was früher alltäglich war, ist heutzutage eine Seltenheit: das gemeinsame Kochen. Beim „Z'samm kochen“ haben zwei oder sogar drei Generationen die Gelegenheit, gemeinsam den Kochlöffel zu schwingen, ohne Hektik, ganz entspannt. Großeltern können ihre Erfahrung an die Enkelkinder weitergeben und Enkelkinder genießen es, gemeinsam mit der Oma, dem Opa zu kochen. Wenn Mama oder Papa auch noch dabei sein können, ist das sicher ein ganz besonderes Familienerlebnis.

Hinweis:

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

2-teilige ElternWorkstatt geblockt



MMag. Monika Farbmacher-Holczik
Erziehungswissenschaftlerin, Kindergarten-
pädagogin, akad. SI-Mototherapeutin

BEWEGUNG MACHT SCHLAU

Wie Wahrnehmung, Bewegung und
Entwicklung zusammenhängen

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

1-teilige ElternWorkstatt



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

BREI(-FREI)?

Wissenswertes rund um das Thema
Beikost

Brei oder Brei-frei, mit vier, fünf oder doch erst mit sechs Monaten, womit beginnen und wie zubereiten, wie ist das mit der Allergieprophylaxe?

Gut informiert zu sein hilft Eltern, ihren Kindern Beikost entspannt „schmackhaft“ zu machen und gleichzeitig eine gesunde Entwicklung zu fördern.

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

Alle Teilnehmenden erhalten ein Handout.

1-teilige ElternWorkstatt



Mag. Martin Seibt, MSc
Unternehmensberater, Pädagoge

BUBEN, DAS SCHWACHE GESCHLECHT??



Wie Eltern ihre Jungs stärken können

Die Welt ist im Wandel. Waren gestern Hierarchie im Unternehmen und der Mann als Haushaltsvorstand und Ernährer noch klare Leitbilder, so sind es heute New Work und weibliche Führung.

Welche Rolle hat der Mann in der Zukunft?

Wir betrachten folgende Themen:

- Weiblichkeit – Männlichkeit: keine Frage des Geschlechts
- die Bedeutung der Eltern als Vorbilder
- neue Rollenbilder und Chancen für Männer

1-teilige ElternWorkstatt



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

DER ZAHN DER ZEIT

Lebe ich mein Alltagstempo?

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

Damit setzen wir uns in dieser Eltern-Workstatt auseinander:

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



Mag. Renate Schneidhofer
Soziologin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin,
Trommel- und Rhythmuspädagogin

DIE „RUSH-HOUR“ DES LEBENS

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



Monika Kronberger
Dipl. Erwachsenenbildnerin

DIE ERZIEHUNGS-ERSTE-HILFE-BOX

10 praktische Übungen und Rituale zum mit nach Hause nehmen

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

Hinweis:
Bitte Schuhschachtel mitbringen.

1-teilige ElternWorkstatt



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



Martina Kittinger
Elementarpädagogin

DU BIST BLÖD! NEIN, DU!

Geschwisterstreit

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

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

1-teilige ElternWorkstatt, auch 2-teilig geblockt buchbar

EINGEWÖHNUNG IN BETREUUNGSEIN- RICHTUNGEN

Vorbereitung zur Eingewöhnung

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



Werfen Sie einen Blick auf die Website:

www.elternbildung.at

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

Schauen Sie hinein, es zählt sich aus!



Dr. Wolfgang Worliczek
Pädagogischer Psychologe, Gesundheits-
psychologe

ELTERNSEIN MIT LEICHTIGKEIT

Ein klares NEIN muss manchmal sein

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

1-teilige ElternWorkstatt, auch 2-teilig buchbar



Monika Kronberger | Caroline Zutz-Weill
Dipl. Erwachsenenbildnerinnen

EMPTY NEST

Mit Humor in den nächsten Lebensabschnitt

Wenn die Kinder das elterliche Haus verlassen, steht für viele Eltern eine Neuorientierung des Lebens und der Partnerschaft an. Bis jetzt waren wir 24-Stunden-Taxidienst, Rundumversorger, kämpften uns durch schmutzige Wäsche und unerledigte Hausaufgaben, versorgten aufgeschlagene Knie und waren bei Liebeskummer da. Doch plötzlich sind wir alleine, sitzen im leeren Kinderzimmer und wissen nicht wohin mit der frei gewordenen Zeit. Wagen wir gemeinsam einen humorvollen und gleichzeitig tiefgründigen Blick auf diesen neuen Lebensabschnitt.

1-teilige ElternWorkstatt



Martina Kittinger
Elementarpädagogin

FEINFÜHLIGKEIT

Die Bedürfnisse des Kindes erkennen

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



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

HANDWERKSZEUG ZUM STILLEN DEINES BABYS

Stillvorbereitung

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

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

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

Hinweis:

Wenn möglich eine Puppe oder einen Bären mit beweglichen Armen mitbringen!

1-teilige ElternWorkstatt



Dr. Alexander Meisinger
Allgemeinmediziner, Klassischer Homöopath

HOMÖOPATHIE BEI KINDERN

Worauf ist zu achten?

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

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

All diese Fragen werden bei dem Vortrag beantwortet.

1-teilige ElternWorkstatt



Brigitte Steinacher-Sigl
Heilpraktikerin, Dipl. Erwachsenenbildnerin, DGKS

KINDER NATÜRLICH GESUND

Naturheilkunde und mehr

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

Themen sind:

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

1-teilige ElternWorkstatt



Monika Kronberger
Dipl. Erwachsenenbildnerin



DI Nina Hausmaninger
Architektin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin,
Selbstversorgungspädagogin i. A.

KINDERÄNGSTE BEGLEITEN

Monster unterm Bett

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

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

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

1-teilige ElternWorkstatt

LEBE LIEBER NACHHALTIG!



Tipps und Tricks für den Alltag

Gesund leben, Geld sparen, mehr Zeit haben – und das auch noch nachhaltig. Wie das geht, erarbeiten wir an Hand von Alltagssituationen wie: Einkaufen, Kochen und Jausnen, Körperpflege, Freizeitgestaltung usw.

Durch positive Denkanstöße wird die Integration einer nachhaltigeren Lebensführung in den eigenen Alltag erleichtert. Den eigenen Fußabdruck grüner gestalten – hier wird gezeigt, wie das möglich ist.

1-teilige ElternWorkstatt



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



Heidemarie Bernegger
Dipl. Mentaltrainerin, Kinesiologin

LERNEN JA – AUF MEINE WEISE!

Lernen unterstützen

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



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

MEIN BABY UND DER SCHLAF

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

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

Alle Teilnehmenden erhalten ein Handout zum Thema Babyschlaf.

1-teilige ElternWorkstatt



Mag. Renate Schneidhofer
Soziologin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin,
Trommel- und Rhythmuspädagogin

MEIN KIND KOMMT IN DIE SCHULE

Wie Übergänge gelingen

Die meisten Kinder freuen sich auf die Schule. Sie sind hoch motiviert endlich lesen, schreiben und rechnen zu lernen. Mit dem Gefühl der Vorfreude geht häufig auch ein Gefühl der Unsicherheit einher. Der Übergang vom Kindergarten in die Schule erfordert nicht nur von den Kindern eine große Leistung hinsichtlich der Verarbeitung von Erwartungen und neuen Strukturen, auch die Eltern müssen diesen Übergang bewältigen. In dieser ElternWorkstatt gehen wir der Frage nach, was der Schuleintritt für Kinder und Eltern bedeutet, was die Schule vom Kind erwartet und umgekehrt.

1-teilige ElternWorkstatt



Sonja Messner, MA
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Pädagogin

MEIN KIND, DIE MEDIEN UND ICH

Chancen und Risiken im Umgang mit Computer, Internet und Handy

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



Sonja Messner, MA
Dipl. Erwachsenenbildnerin, Pädagogin

MEIN KIND, MEINE MEDIEN UND???

Möglichkeiten und Risiken bei der Mediennutzung mit Kleinkindern

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

Wir betrachten:

- die passive Mediennutzung
- die Auswirkung des eigenen Medienkonsums
- die Auswirkung des Medienkonsums der älteren Geschwister

Ziel ist eine der Entwicklungsstufe und den Bedürfnissen des Kindes entsprechende Mediennutzung.

1-teilige ElternWorkstatt



Mag. Renate Schneidhofer
Soziologin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin,
Trommel- und Rhythmuspädagogin

MIT HUMOR DURCH DEN ALLTAG

Kinder brauchen keine perfekten Eltern

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



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

MUSS ICH IMMER ALLES 3 X SAGEN?!

Einfühlsame Kommunikation in der Familie

Ein Sprichwort lautet: „Kommunikation ist das, was auf der anderen Seite ankommt.“ Doch leider kommt oft nicht an, was wir gerne vermittelt hätten. WIE wir etwas formulieren hat großen Einfluss darauf, wie unser Gegenüber, unser Partner oder unsere Kinder reagieren. Erfahren Sie in dieser ElternWorkstatt, wie Gefühle und Bedürfnisse in der Familie klar formuliert werden können, ohne zu beschuldigen oder zu kritisieren. Wir setzen uns mit folgenden Themen auseinander:

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

1-teilige ElternWorkstatt



Petra Elisa Bieber
Freiberufliche Trainerin, Sexualpädagogin

PATCHWORK-FAMILIEN



Besonders - vielfältig - bunt

In diesem Impulsvortrag erhalten Sie Informationen darüber, welche Familienformen, welche Dynamiken und welche unterschiedliche Sichtweisen es in Stief- und Patchwork-Familien gibt.

Es wird aufgezeigt, welche Rollen- bzw. Positionsverteilung, Verantwortlichkeiten und Aufgaben für das Zusammenwachsen hilfreich und welche eher hinderlich sind.

1-teilige ElternWorkstatt



Dr. Wolfgang Worliczek
Pädagogischer Psychologe,
Gesundheitspsychologe

OUT OF ORDER

Herausforderung Pubertät

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



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

RICHTUNG „WINDELFREI“



Die Sauberkeitserziehung

Wie werden Kinder „windelfrei“? Die allermeisten unproblematisch. Aber so einzigartig jedes Kind ist, so verschieden verläuft auch der Prozess des Sauberwerdens. Die ganzheitliche Perspektive, Reifungsprozesse, die Körperwahrnehmung des Kindes, sowie die Trotzphase spielen dabei eine Rolle. Wichtig ist die richtige Unterstützung und achtsame Begleitung dieses Entwicklungsschrittes.

- Wann soll eine Sauberkeitserziehung beginnen?
- Welche Schritte sind erforderlich und welche Maßnahmen können den Entwicklungsprozess verzögern?
- Was ist hilfreich für Eltern und Miterziehende?

1-teilige ElternWorkstatt



Tanja Hochgründer

Dipl. Mentaltrainerin



Erika Ramsauer, MTD

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Mentorin für
Personale Pädagogik

RITUALE – ANKER IM ALLTAG

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

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

1-teilige ElternWorkstatt

SCHÖN, DASS ES OMA UND OPA GIBT

Für ein gelingendes Miteinander

Großeltern sind sehr wichtig für Familien. Sie haben Zeit, die Welt mit den Enkelkindern zu entdecken und schenken so ein Stück Geborgenheit und Sicherheit.

Bei dieser Veranstaltung betrachten wir die Rolle der Großeltern aus dem Blickwinkel aller Generationen näher und tauschen uns darüber aus.

1-teilige ElternWorkstatt



Barbara Beihammer

Zert. Lebens-, Trauer- und Sterbebegleiterin,
Humanenergetikerin, Elternbildnerin

TRÄNEN, TRAUER, HOFFNUNGS- SCHIMMER



Kinder und Erwachsene in der Trauer
begleiten

Trennungen, Abschiede, Verluste und Tod können bei Kindern und Erwachsenen Ängste auslösen. Kinder lernen zu trauern, indem sie sich an den Erwachsenen orientieren. Kinder sind sehr feinfühlig und spüren, wenn bei den Erwachsenen Stimmung und Verhalten nicht übereinstimmen. Gemeinsam werden wir versuchen uns auf das Thema Trauer einzulassen, uns auszutauschen und heilende Lösungen für Kinder und Erwachsene zu finden.

1-teilige ElternWorkstatt



Dr. Christina Repolust

Germanistin, Autorin, Erwachsenenbildnerin

VORLESEN IST LIEBE

Unvergessliche Vorlese-Erlebnisse

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

1-teilige ElternWorkstatt



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

WAS ELTERN STARK MACHT

Kraft und Energie für den Erziehungsalltag

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

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

1-teilige ElternWorkstatt



Gabriela Graf-Wilhelm
Dipl. Lebensberaterin

WIRD ALLES GUT GEHEN?



Ängste und Sorgen von Eltern

Kinder bereiten viel Freude, Elternsein ist aber auch mit Unsicherheit verbunden. Seien es Sorgen bezüglich der Gesundheit, der Schulsituation oder Ängste die Zukunft betreffend: Kommt mein Kind in der Kinderbetreuung zurecht? Kann es die Schule gut meistern?

Wir werden uns verschiedene Formen von Ängsten anschauen, hinspüren und den Sinn von Ängsten zu erfassen versuchen. Über die Auseinandersetzung mit diesen Themen nähern wir uns einer entspannteren Haltung im Erziehungsalltag.

1-teilige ElternWorkstatt



Region:
Pinzgau

Dr. Stefan Grünberger
öffentlicher Notar



Region:
Tiroler Teil

Dr. Erwin Koller
öffentlicher Notar



Region:
Stadt Salzburg,
Flachgau

Dr. Angelika Moser
öffentlicher Notarin, Mediatorin



Region:
Lungau

Dr. Silvia Prasser
öffentlicher Notarin Mediatorin



Region:
Tennengau
Pongau

Mag. Michael Weiss
Notarsubstitut d. öffentl. Notars
Helge Oberhuber, Golling

FAMILIE & RECHT



Vielen Familien ist nicht bewusst,

- dass es einen Unterschied macht, in einer Ehe oder Lebensgemeinschaft zu leben,
- welche Auswirkungen die Geburt eines Kindes vor oder nach der Eheschließung mit sich bringt,
- was passiert, wenn kein Testament vorhanden ist oder die Erbfolge ungeregelt ist.

Sie erhalten praktische Informationen und haben die Möglichkeit Ihre offenen Fragen zu stellen.

1-teilige ElternWerkstatt



Region:
Pinzgau
Pongau
Lungau
Tiroler Teil

Sabine Schäffer

Dipl. Früherzieherin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin



Region:
Stadt Salzburg,
Flachgau
Tennengau

Mag.^a Evelyn Stelzl

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

EIN EI GLEICHT DEM ANDEREN, ODER?

Die frühkindliche Entwicklung

Eltern wollen ihr Kind angemessen ins Leben begleiten und ihm Raum geben, sein unvergleichliches Potential in seinem eigenen Tempo bestmöglich zu entwickeln.

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

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

TROTZ LASS NACH

Ich-Entwicklung

Die erste Autonomiephase der Kinder beginnt mit ca. 18-24 Monaten und ist eine großartige neue Erfahrung und Herausforderung. Doch genauso zwiespältig können auch die Gefühle dazu sein.

- Warum ist die sogenannte Trotzphase so wichtig?
- Wie können Eltern die Ich-Entwicklung ihres Kindes begleiten?

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

DAMIT DER GEDULDSFADEN NICHT REISST!



Kraftquellen und Grundbedürfnisse

Elternsein ist mit viel Geben verbunden. Es wäre gut, wenn das eigene Gefäß gefüllt ist, damit man aus freien Stücken, mit offenen Händen, aus der Fülle heraus geben kann und nicht in die Erschöpfung kommt.

- Was sind die eigensten Kraftquellen?
- Wie können Eltern gut für ihre Grundbedürfnisse sorgen?

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

„RICHTIG“ SCHIMPFFEN?!



Achtsame Kommunikation mit Kindern

Oft reden Eltern auf Kinder ein und wollen ihnen vermitteln, wie sie sich ein kooperatives Zusammenleben in der Familie vorstellen und fühlen sich doch nicht gehört.

- Was ist achtsame Kommunikation mit Kindern?
- Wie sollen Eltern reden, damit Kinder folgen können?

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

IMMER DIESE STREITEREIEN



Kinderkonflikte regeln

Überall, wo Kinder zusammen kommen, fliegen schnell auch mal die Fetzen, was für Eltern auf Dauer sehr nervenzehrend ist.

- Wozu ist es hilfreich, gut und fair streiten zu lernen?
- Was können Eltern zur Konfliktlösungskompetenz ihrer Kinder beitragen?

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

Ein Angebot: mehrere ReferentInnen



Region:
Stadt Salzburg,
Flachgau,
Tennengau

Mag.^a Evelyn Stelzl

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



Region:
Pinzgau,
Pongau,
Lungau,
Tiroler Teil

Anke van Erkelens-Autrum

Trainerin für Bewegungserziehung,
Eltern-Kind-Gruppenleiterin



Region:
Stadt Salzburg,
Flachgau,
Tennengau

Mag. Gudrun Ottoson-Ospald

TEH-Praktikerin, Eltern-Kind-Gruppenleiterin



Region:
Pinzgau,
Pongau,
Lungau,
Tiroler Teil

Annette Wachinger

Kinderkräuterpädagogin, Erzieherin

BEISSEN, KRATZEN, TRETEN!

Umgang mit Aggressionen

Die kindlichen Ausdrucksformen, um sich bei Gleichaltrigen durchzusetzen, sind in den ersten Lebensjahren noch sehrkörperlich, da Sprache erst in Entwicklung ist.

- Wozu können Aggressionen gut sein?
- Wie können Eltern ihre Kinder begleiten, damit sie einen sozialverträglichen Umgang mit diesen heftigen Gefühlen und Bedürfnissen lernen?

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

KRÄUTERZWERGE UNTERWEGS



Jeder kennt das Gänseblümchen und den Löwenzahn. Doch dass viele dieser bekannten Wiesenpflanzen und (Un)Kräuter auch essbar sind und wunderbare Heilkräfte haben, ist fast in Vergessenheit geraten. Sie erhalten Informationen zu geeigneten Kinderkräutern und Anregungen zum spielerischen Erforschen kleiner und großer Kräutergeheimnisse.

Hinweis:

Bitte ein leeres Schraubglas mitbringen.
Ein Materialkostenbeitrag von ca. € 5,- wird bei der Veranstaltung eingehoben.

1-teilige ElternWerkstatt

2-teilig geblockt, wenn als Eltern-Kind-Werkstatt gebucht