

fit for family – Appetizer und Impulse

in Zweigstellen des Familienverbandes, Katholischen Bildungswerken,
Gemeinden, Schulen, Horteinrichtungen, Büchereien, Sozialsprengeln etc.



für Eltern, Großeltern und Betreuungspersonen von Kindern und Jugendlichen
im Alter von 6 bis 16 Jahren

fit for family-Elternbildungsangebote

für Eltern von Kindern im Alter von 6 bis 16 Jahren

Organisation einer fit for family-Veranstaltung

fit for family-
Elternbildungsangebote
können in mehreren
Varianten gebucht werden:

- als Elternabend, Dauer 90 Minuten
- als Appetizer im Rahmen eines Elternabends, Dauer 25 Minuten
- als mehrteilige Reihe, Dauer 3–5 Mal 90 Minuten
- im Rahmen von Generationentreffen

Kontakt und Information:

fit for family-Elternbildung
Katholisches Bildungswerk Tirol
Katholischer Familienverband Tirol
Riedgasse 9, 6020 Innsbruck
Telefon: 0512/2230-4806
E-Mail: eltern@bildung-tirol.at
www.fit-for-family.at



fit for family-Elternbildung
wird angeboten von:

Die Honorar- und Fahrtkosten für die ReferentInnen können wir Dank der finanziellen Unterstützung durch das Land Tirol und das Bundesministerium für Familien und Jugend im Rahmen von fit for family-Elternbildung übernehmen. Die Abrechnung dieser Kosten wird von uns abgewickelt.

Zielgruppe

Eltern, Großeltern und Betreuungspersonen von Kindern und Jugendlichen im Alter von 6 bis 16 Jahren

Durchführung

- ✓ Sie interessieren sich für eines der angeführten Themen.
- ✓ Sie nehmen Kontakt mit dem Katholischen Bildungswerk auf.
- ✓ Sie erhalten die Telefonnummer der ElternbildungsreferentInnen.
- ✓ Sie vereinbaren mit ihr/ihm Termin, Uhrzeit, Thema etc.
- ✓ Auf Wunsch übermitteln wir Ihnen Plakate, Flyer, PDF-Datei.
- ✓ Über unsere Veranstaltungsdatenbank erfolgt eine Veröffentlichung.
- ✓ Sie führen die Veranstaltung durch.
- ✓ Sie mailen oder senden uns den Rückmeldebogen.
- ✓ Wir führen die Abrechnung mit den ElternbildungsreferentInnen durch.

fit for family-Elternbildung

orientiert sich an den Lebenssituationen von Menschen und an den Herausforderungen der Gesellschaft.



Die Angebote sind vielfältig, kostengünstig bis kostenlos, für alle zugänglich und schaffen eine anregende Atmosphäre für lebenslanges Lernen und respektvolle Begegnung.

Inhaltsverzeichnis

Es stehen Ihnen 10 Themen zur Verfügung!

Themen:

- | | |
|--|----|
| » » Kindergeburtstag im Wohnzimmer | 1 |
| » » Geschwisterbeziehungen | 2 |
| » » Gefühle und Geschichten | 3 |
| » » Resilienz – Was macht Kinder widerstandsfähig? | 4 |
| » » Hilfe, mein Kind ist online! | 5 |
| » » Safer Internet, Smartphone & Co | 6 |
| » » Wenn Kinder erwachsen werden | 7 |
| » » Umgang mit Konflikten | 8 |
| » » Wenn Kinder und Jugendliche trauern | 9 |
| » » Mach mir Mut | 10 |
| » » Weitere fit for family-Angebote | 11 |



Wir haben uns zum Streiten gern!

Angebot 1 ●●●

Kindergeburtstag im Wohnzimmer

Was braucht es, damit die Geburtstagsfeier auch daheim im Wohnzimmer für alle zu einem wunderbaren Fest wird?

- » » Welche Spiele eignen sich für welches Alter, die Spaß machen und die Wohnung schonen?
- » » Was trägt wesentlich zum Gelingen bei und lässt Kindergeburtstage noch lange in guter Erinnerung bleiben?

Angebot 2 ●●●

Geschwisterbeziehungen

Nesthäkchen, Sandwichkinder und Erstgeborene

Geschwister sind wertvoll und prägen sich auf besondere Weise. Für Eltern sind Streitereien, Missverständnisse und Eifersucht zwischen den Geschwistern oft schwer auszuhalten.

- » » Was können Eltern zu einer guten Geschwisterbeziehung beitragen?
- » » Was bedeutet es aus Sicht des Kindes ein Geschwister zu bekommen?
- » » Welche Rolle spielt die Geschwisterkonstellation – jüngstes, mittleres oder ältestes Kind?



Geschichten und Märchen –
spannend und gemütlich zugleich

Angebot 3 ●●●

Gefühle und Geschichten

Geschichten und Märchen sind eine wunderbare Möglichkeit, mit Kindern über Gefühle zu reden, wenn z. B. das Kind das Kuscheltier verloren hat oder auch wenn es wütend ist. Wie fein ist es, wenn Eltern oder Großeltern eine passende Geschichte oder ein Bilderbuch zur Hand haben, das von dummen Gänsen oder Angsthasen handelt!

- » » Welche Bedeutung haben Vorlesen und gemeinsames Erleben von Büchern und Geschichten generell?
- » » Welche Bilder- und Kinderbücher sind wann hilfreich?

Angebot 4 ●●●

Resilienz

Was macht Kinder widerstandsfähig?

Die Wurzeln für die Fähigkeit zur Resilienz werden schon in frühen Lebensjahren gelegt. Kinder sollen widerstandsfähig und stark für den Alltag sein. Eltern können dazu beitragen, indem sie den täglichen Umgang mit ihren Kindern bewusst gestalten.

- » » Was ist Resilienz?
- » » Was brauchen Kinder, um stark zu sein?
- » » Wie können Eltern die Entwicklung von Resilienz fördern, damit Kinder die Herausforderungen des Lebens meistern können?



Online – immer und überall!

Angebot 5 ●●●

Hilfe, mein Kind ist online!

für Eltern von Kindern von 6 bis 10 Jahren

Für Kinder im Grundschulalter ist es besonders verführerisch, nicht altersadäquate Spiele, die vielfach kostenlos zur Verfügung stehen, auf dem Smartphone herunterzuladen. Häufig sind auch nicht jugendgerechte Bilder im Umlauf.

- » » Was ist beim Kauf eines Smartphones zu bedenken?
- » » Was tun bei beängstigenden Nachrichten, z. B. Drohungen in digitalen Kettenbriefen?
- » » Worauf ist bei Computerspielen und Spiele-Apps zu achten?

Angebot 6 ●●●

Safer Internet, Smartphone & Co

Für Eltern von Kindern und Jugendlichen ab 10 Jahren

Ohne Internet geht nichts mehr: Kinder und Jugendliche können 24 Stunden am Tag online sein. Auch das Verständnis von Kommunikation hat sich verändert. „Freundinnen und Freunde“ werden über momentane Gefühlszustände oder Aktivitäten mithilfe von Bildern benachrichtigt. Apps werden – teils unkontrolliert – auf das eigene Smartphone heruntergeladen.

- » » Was steckt hinter den vielen kostenlosen Apps?
- » » Warum ist die Selbstdarstellung im Internet so wichtig?
- » » Welche Gefahren bergen Selfies und Gruppenfotos im Internet?

beide Angebote in Kooperation mit Safer Internet

Angebot 7 ●●●



Ohne Worte

Wenn Kinder erwachsen werden

Jugendliche auf der Suche nach Identität und Selbstbestimmung entwerfen eine Art Gegenkultur zur Erwachsenenwelt. Häufig wird die gesamte bisherige Lebensweise in Frage gestellt.

- » » Welche Bedürfnisse haben Jugendliche?
- » » Wie gelingt es Eltern, diese zu akzeptieren und mit den Jugendlichen in Kontakt zu bleiben?

Angebot 8 ●●●

Umgang mit Konflikten

in der Familie, unter Kindern und zwischen den Generationen

Unser SELBST, die Gesamtheit dessen was wir sind, hängt wesentlich von Erfahrungen ab, die wir im Laufe unseres Lebens machen.

- » » Mit welchen Kommunikationsmustern sind wir aufgewachsen?
- » » Was ist eine Streitkultur und wie können wir eine solche entwickeln?
- » » Wie finden wir konstruktive Lösungen?



Es tut einfach so weh ...

Wenn Kinder und Jugendliche trauern

Gerne möchten wir unsere Kinder von Trauer und Schmerz fernhalten, möchten ihnen leidvolle Verlusterfahrungen und Abschiede ersparen.

Kleine und große Abschiede, Verluste, belastende Lebenserfahrungen wie die Trennung der Eltern, der Tod eines geliebten Menschen und viele andere für Erwachsene oft schwer verstehbare Traueranlässe gehören jedoch auch zum Lebensalltag von Kindern.

- » » Was ist Trauer und wie unterscheidet sich die kindliche Trauer von der Trauer Erwachsener?
- » » Wie reagieren trauernde Kinder und Jugendliche?
- » » Wie können Kinder und Jugendliche auf ihrem Trauerweg unterstützt und für die Zukunft gestärkt werden?

Angebot 10 ●●●



Hoch hinaus!

Mach mir Mut!

Mut steht in engem Zusammenhang mit Selbstvertrauen. Das Fundament für Selbstvertrauen wird in der Kindheit gelegt.

- » » Welche Fähigkeiten besitzen Kinder, die sich selbst vertrauen?
- » » Wie können Eltern das Selbstwertgefühl von Kindern stärken und sie somit auch präventiv vor Gewalt schützen, ohne sie dabei zu verunsichern und ihre Unbeschwertheit zu zerstören?

Flyer „fit for family – digitale Medien“

in Kooperation mit Safer Internet

Mehr dazu finden Sie unter www.fit-for-family.at.

Flyer „Oma und Opa sind meine liebsten Babysitter“

35-Stunden-Oma-Opa-Kurs

Wenn Sie als Großeltern regelmäßig auf Ihr Enkelkind aufpassen, dann gibt es für Eltern die Möglichkeit, diese Kinderbetreuungsleistungen bis zum 10. Lebensjahr des Kindes steuerlich geltend zu machen.

Module:

- » Wie Kinderbetreuung durch Oma und Opa gelingt
- » Entwicklung und Spielen
- » Gefühle und Geschichten
- » Großeltern für Spiel und Spaß – auch über Internet, Smartphone & Co
- » Hilfreicher Umgang mit Konflikten
- » Kindernotfälle, Erste Hilfe und Unfallvermeidung

Kurse in Innsbruck, Lienz und Landeck sowie in den Bezirken

Mehr dazu finden Sie unter www.fit-for-family.at.

Flyer „fit for family – Treffpunkt Generationen“

Monatlicher Treffpunkt für Erwachsene und Kinder

- » für Großeltern mit Enkelkindern
 - » und für Eltern mit Kindern bis 8 Jahren, die gerne in der Gruppe wertvolle Zeit verbringen möchten, mit Spielen, Geschichten erzählen und aktivem Gestalten!
- Mehr dazu finden Sie unter www.fit-for-family.at.

Flyer „fit for family – Appetizer und Impulse“

für Eltern, Großeltern und Betreuungspersonen von Babies und Kindern bis 6 Jahren

Mehr dazu finden Sie unter www.fit-for-family.at.

Unterstützer



fit for family – Elternbildung



Aneinander wachsen!