

ELTERNBILDUNG

in der Region Bad Radkersburg



ELTERN-KIND-ZENTRUM
Region Bad Radkersburg

Organisation und Anmeldung

Weixelbaum 51, 8483 Deutsch Goritz
Tel. 0664 3430440, ekiz.radkersburg@aon.at
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at
„Zusammen ist man weniger allein“

"ELTERNBILDUNG MACHT FAMILIEN STARK

FÜR DEN ALLTAG, DAMIT KINDER EINEN GUTEN

START INS LEBEN HABEN."

NEU !!



ELTERNBILDUNG
Online

MAMA SCHAUT AUF SICH



Mütter von Babys und Kleinkindern sind sehr gefordert. Der eigene Schlaf kommt oft zu kurz, das Stillen zehrt, es bleibt wenig Zeit für sie selbst und ihre Partnerschaft, aber ermutigend ist: Selbstsorge für Mütter wirkt. Und geht's Mama gut, geht's allen gut Inhalte: Mythen und Fakten zur Gesundheit von Müttern, Herausforderungen für Mütter in den ersten Lebensjahren des Kindes, hilfreiche Tricks für das Leben zwischen Mutter-Glück und Familien-Alltag.

Referentin: Kerstin Pirker, Frauengesundheitszentrum **Termin:** Fr. 12. Februar, 19.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum **Kosten:** Kostenlos **Anmeldung notwendig!**

ZIEMLICH BESTE FREUNDE



Die Bedeutungen von Freundschaft für eine gesunde kindliche Entwicklung. Beziehungsfähigkeit wird gelernt. Ein erfolgreiches Lernen ermöglicht Kindern den Aufbau von Freundschaften, die wichtig sind für eine gesunde kindliche Entwicklung. Kinderfreundschaften sind auch Konfliktbeziehungen. Woran erkennen Eltern „ungesunde Freunde“? Wie sind Kinder besonders dann zu unterstützen und zu begleiten.

Referentin: Mag.^a Monika Stoiser-Berger, Psychologin, Elternbildnerin **Termin:** Mo 22. Februar, 19.00 Uhr

Ort: Kindergarten Halbenrain (wenn vor Ort nicht möglich, dann Online via ZOOM) **Kosten:** Kostenlos **Anmeldung notwendig!**

LIEBES TRÄUMELEIN - KLEINER UNRUHEGEIST

Kennen Sie das? Sie spielen mit Ihrem Kind, aber irgendwie ist es gar nicht bei der Sache oder ist auf und davon. Meist eine ganz normale Phase in der kindlichen Entwicklung - aber wann nicht? Erfahren Sie mehr über entwicklungspsychologische Erkenntnisse und über Voraussetzungen für Konzentrationsfähigkeit - dem Schlüssel für erfolgreiches Lernen.

Referentin: Mag.^a Barbara Vogrin, Klinische- und Gesundheitspsychologin mit Schwerpunkt in Kinder- und Jugendpsychologie

Termin: Mo 1. März, 19.00 Uhr **Ort:** Eltern-Kind-Zentrum **Kosten:** 5 Euro

ONLINE - VATER - WERKSTATT: WIE KANN ICH MEINEM KIND GRENZEN SETZEN? Online

Kinder suchen und brauchen Grenzen. Sie schützen und geben Sicherheit und Orientierung. eine wichtige Aufgabe für alle Menschen, die Kinder erziehen und begleiten, ist sie zu setzen. Und eine Herausforderung, die Väter und Mütter selbst rasch an ihre Grenzen bringen können.. Konstruktive, gewaltfreie Strategien werden im Workshop vorgestellt. Wir werden in der Gruppe unsere Erfahrungen austauschen und gemeinsam Wege erarbeiten, wie wir sie in der Praxis umsetzen können. **Termin:** Mi 3. März, 19.30 Uhr **Ort:** ONLINE via ZOOM

Referent: Thomas Saiko, Sozialarbeiter, Männerberatung Graz und Feldbach Die Vater-Werkstatt ist teil des EU Forschungsprojektes PARENT. Sie wird finanziert von EU-DG Justice & Consumers, Stadt Graz, Land Steiermark **Kosten:** Kostenlos **Anmeldung notwendig!**

WARUM BABYS WEINEN Online

Warum weint (m)ein Baby? Ist es müde? Hat es Hunger oder Durst? Ist die Windel voll? Hat es Schmerzen? Ist ihm zu kalt oder zu heiß? Fragen über Fragen, die sich Eltern von (viel) schreienden Babys stellen. Der Zustand der elterlichen Ohnmacht ist zermürend. Themen: Aus welchen Gründen weint mein Baby? Warum weint es, auch wenn ich all seine Bedürfnisse befriedigt habe? Was stresst mein Baby? Wie verhalte ich mich,, wenn mein Baby weint? Was passiert, wenn ich das Weinen meines Babys unterdrücke? Eigene Gefühle: Was geht in mir vor, wenn ein Baby weint? nach dem Kurs werden Sie genau wissen, was Sie tun müssen, wenn Ihr Baby das nächste Mal weint, ohne sich beruhigen zu lassen.

Referentin: Jenniffer Ehry-Gissel, „Aware Parenting Instructor“ (Coach für bewusstes Elternsein), nähere Infos unter:

www.bindungsorientierte-elternerberatung.de **Termin:** Mo 8. März, 19.30 Uhr **Ort:** ONLINE via ZOOM

Kosten: 5 Euro **Anmeldung notwendig!**

ES PASST SO WIE ICH BIN - INNERE STÄRKE ALS SCHUTZFAKTOR Online

Um mit Anforderungen des Lebens angemessen umgehen zu können benötigt man Selbstvertrauen und ein gutes Selbstwertgefühl. Durch das Ernstnehmen von emotionalen Bedürfnissen, fördern von Stärken und das aufmerksame Begleiten im Alltag wächst die Persönlichkeit.

Referentin: Mag.^a Doris Lepolt, Pädagogin, Pikler Pädagogin, SAFE Mentorin, www.entfaltungsraum.com

Termin: Do 11. März 19.30 Uhr **Ort:** Online-via ZOOM in Kooperation mit der VS St. Peter a. O. **Kosten:** Kostenlos **Anmeldung notwendig!**

KOMMUNIKATION MIT KINDERN Online

Wie spreche ich mit meinem Kind, damit es zuhören und verstehen kann?

Manchmal haben Eltern und Erzieher das Gefühl, sie sprechen mit einer Wand, weil Kinder scheinbar nicht zuhören und schon gar nicht tun, was wir von ihnen möchten. Oft geben wir dann entweder mit Frust auf, oder werden immer lauter. Dies kann aber zur Folge haben, dass Kinder im Umgang mit anderen auch oft lauter und aggressiver werden. Wir lernen anhand von Alltagsbeispielen Methoden und Möglichkeiten, wie wir gelassener und wirkungsvoller mit unseren Kindern kommunizieren können, um einen liebevollen und wertschätzenden Umgang miteinander zu fördern.

Referentin: Andrea Eder, Elternbildnerin, CEO-family Empowerment, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, www.andrea-eder.com

Termin: Di 23. März, 19.00 Uhr **Kosten:** 5 Euro **Ort:** ONLINE via ZOOM **Anmeldung notwendig!**

REITPÄDAGOGIK - MIT SPIEL UND SPASS FÖRDERN UND LERNEN

Reitpädagogik ist lernen und Entwicklungsförderung mit dem Pferd. Sie bietet vielfältige Erlebnismöglichkeiten um, mit und auf dem Pferd. Sie fördert Koordination, Disziplin, Lernverhalten, Gleichgewicht, Sozialverhalten, Selbstvertrauen, den Umgang mit Lebewesen und macht dabei richtig Spaß. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die Möglichkeiten und Wirkung der Reitpädagogik.

Referent:in: Mag.^a Barbara Vogrin, Klinische- und Gesundheitspsychologin mit Schwerpunkt in Kinder- und Jugendpsychologie

Termin: Mo 12. April, 19.30 Uhr **Ort:** Eltern-Kind-Zentrum **Kosten:** 5 Euro

WEINEN, SCHREIEN, TOBEN - WAS GEHT IN MEINEM KIND VOR? *Online*

Workshop für alle, die wissen möchten, warum Kinder wüten und wie sie ihnen begegnen können. In diesem Workshop erfahren Sie warum Kinder über (scheinbar) unbedeutende Ereignisse wüten, wie Sie als Elternteil einen Wutanfall begleiten können, was passiert, wenn Sie die Wutanfälle unterdrücken. Sie lernen die positiven Aspekte eines überstandenen Wutanfalls kennen, was Kinder stresst und wie Sie diesen Stress reduzieren können.

Referent:in: Jenniffer Ehry-Gissel „Aware Parenting Instructor“ (Coach für bewusstes Elternsein), www.bindungsorientierte-elternberatung.de

Termine: Di 20. April, 19.30 Uhr **Ort:** ONLINE via ZOOM **Kosten:** 5 Euro **Anmeldung notwendig!**

SPRACHE IST MEHR ALS SPRECHEN

Die Entwicklung von Sprache mit all ihren Möglichkeiten ist ein wesentlicher Schlüssel der Entwicklung. Scheinbar weiß aber jeder im Umfeld was „normal“ ist und wie man fördern soll. Das kann sehr verunsichern. Dieser Informationsabend dient der Aufklärung gängiger Mythen; die Meilensteine der Sprachentwicklung und deren Stolpersteine werden dargestellt. Tipps und mögliche Materialien zur Sprachförderung werden ebenfalls Platz finden.

Referent:in: Charlotte Fasching, Bsc, CAS Logopädin **Termin:** Mo 26. April, 19.00 Uhr **Ort:** Pfarrheim St. Peter a. O. **Kosten:** 5 Euro

SEXUALERZIEHUNG - WIE BEGLEITE ICH MEIN KIND

Kinder in ihrer sexuellen Entwicklung zu begleiten, ist eine der großen Herausforderungen des Elternseins. Dabei tun sich sehr viele Fragen auf; beispielsweise ab wann beginnt die sexuelle Entwicklung, wann und wie soll ich mit meinem Kind darüber reden, wie reagiere ich richtig und angemessen auf Fragen und Verhaltensweisen, kann ich mein Kind mit Aufklärung überfordern, wie schütze ich mein Kind davor, sexuellen Inhalten ausgesetzt zu werden?

Referent:in: Bettina Schalk, MA, Soziologin, Jugendtrainerin **Termin:** Mi 5. Mai, 19.30 Uhr **Ort:** Eltern-Kind-Zentrum **Kosten:** 5 Euro

KINDER -KRÄUTER ALS GANZHEITLICHES KONZEPT

Gerade bei Kindern ermöglicht der Einsatz von Wild- und Heilkräutern im Alltag oder bei kleineren Unpässlichkeiten eine sehr sanfte und nachhaltige Wirkung auf die gesundheitliche Verfassung als auch auf die Entwicklung einer lebendigen und achtsamen Beziehung zur Natur. Themen: Wie kann ich mein Kind mit Kräutern unterstützen? Welche Kräuter tun speziell Kindern gut? Wie kann ich Kräuter unkompliziert in den Alltag einbauen? Was ist ein Stechmonsterroller? Diese und weitere Fragen werden in einem lebendigen und informativen Vortrag behandelt.

Referent:in: Barbara Pechmann, Familientrainerin, Kräuterpädagogin, Naturheilkundepädagogin **Termin:** Fr 7. Mai, 19.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum **Kosten:** 5 Euro

ERMUTIGEN STATT KRITISIEREN?

Mit Ermutigung dem Kind zu positive(re)m Verhalten verhelfen. Was ist Ermutigung? Wie kann ich in ausweglosen Situationen mit Ermutigung etwas erreichen? Warum tut Mut gut und wie lerne ich zu ermutigen. **Referent:in:** Mag.^a Silke Grangl, Psychologin, Ermutigungstrainerin (Basis und Master nach Schoenacker®) **Termin:** Do 20. Mai, 19.30 Uhr **Ort:** Pfarrheim St. Peter a. O. **Kosten:** 5 Euro

VOM SEHEN, HÖREN UND EINANDER VERSTEHEN - KOMMUNIKATION IN DER FAMILIE *Online*

Für Kommunikation braucht es ein klares und interessiertes Gegenüber. Durch ehrliche Kommunikation in der Familie bekommen Kinder und Jugendliche Orientierung und Sicherheit.

Referent:in: Mag.^a Doris Lepolt, Pädagogin, Pikler Pädagogin, SAFE Mentorin, www.entfaltungsraum.com **Termin:** Do 27. Mai, 19.30 Uhr

Ort: Online-via ZOOM in Kooperation mit dem Kindergarten Deutsch Goritz **Kosten:** Kostenlos

ELTERNBILDUNG IN DEN ELTERN-KIND-SPIELGRUPPEN

Selbstsicher und stark rundherum Fr. 26. Feb. bei den „Vitaminnis“ im EKiz, Referent:in: Mag.^a Barbara Vogrin, Psychologin

Heute bin ich - Lebenskompetent durch Bilderbücher Fr. 9. April bei den „Vitaminnis“ im EKiz, Referent:in: Barbara Meixner, VIVID

Ab in die Wildnis Fr. 11. Juni bei den „Vitaminnis“ im EKiz, Referent:in: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheitstrainerin

Gesundheit und Bewegung im Kindesalter Mo 19. April bei den „Lesemäusen“ in St. Peter a. O. Referent:in: Mag.^a (FH) Katharina Unger

Lebendige Erzählmethoden für Geschichten - „Mit Mollie auf dem Weg zum Osterfest“ Referent:in: Claudia Haiden, Pädagogin

Fr 19. März bei den „Minibärchen“ Haus der FF Mettersdorf und Fr 26. März bei den „Murnockerl“ im ehem. Gemeindehaus Murfeld

1x1 des Glaubens Mo 1. Feb. und 22. Feb. bei den „Bibelmäusen“ in St. Peter a. O., Referent:in: Theresia Lesiak-Schwab, Elternbildnerin

Karies-Prophylaxe 12. März bei den Murnockerl in Murfeld 30. April bei den Vitaminnis im EKiz Referent:in: Andrea Olbrich, ZGE

Für alle Termine gilt: Uhrzeit 9.30 bis 11.00 Uhr **Kosten:** 3 Euro, für Mitglieder kostenlos **Keine Anmeldung notwendig!**

AUFBAUENDE BECKENBODENGYMNASTIK FÜR FRAUEN ALLER ALTERSGRUPPEN

Mit gezielten Übungen und Informationen für den Alltag werden der Beckenboden, sowie unsere Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt.

Leitung: Wird erst bekannt gegeben **Termine:** Do ab 8. April 19.00 - 19.50 Uhr, 5 Einheiten

Ort: Eltern-Kind-Zentrum **Kosten:** 35 Euro für 5 Einheiten (32 Euro für Mitglieder)

Anmeldung notwendig!