

Katholisches Bildungswerk Berchtesgadener Land e.V.

in Kooperation mit



Elternwerkstatt 2015

Mi 28.01.2015

9:00 bis 10:30 Uhr



Susanne Hölzl,
Göming

**Geht's der Mutter/dem Vater gut – geht's den Kindern gut
... oder die Kunst, »mir Zeit für mich zu nehmen«**

Über dem Alltag mit Familie, Kindern, Arbeit, Schule, Haushalt, Ehrenamt vergessen Mütter und Väter oft auf sich selbst.

Es lohnt sich allerdings ein Blick auf die Möglichkeiten der Selbstsorge, auf die Gedanken, die uns daran hindern, uns Zeit für uns zu nehmen, auf die Rahmenbedingungen, die wir brauchen, um abkömmlich zu sein und auf die Auswirkungen, wenn wir aufgetankt und zufrieden unsere Frau/unseren Mann stehen. Erfahren Sie bei diesem Seminar, wie der achtsame Umgang mit sich selbst nachhaltig auf die eigene Umgebung wirkt.



Mi 25.02.2015

9:00 bis 10:30 Uhr

**Vom Umgang mit Trotzkopf und Schmollmund:
Kreativität im Alltag fördern**

Es gibt kreative Wege, um den Alltag mit Kindern mit mehr Leichtigkeit zu gestalten.

Rezeptanleitung: 100 g Gelassenheit, 80 g Kreativität, 50 g Spontaneität, 1 Prise Humor

Zubereitungsempfehlung erhalten Sie in diesem Workshop!



Mi 25.03.2015

19:30 bis 21:00 Uhr

Eltern sein – Paar bleiben.

Kommunikation in der Partnerschaft

Wenn in ein funktionierendes System ein neues Element hinzukommt, kommt es ganz häufig zu Irritationen, Veränderungen oder Störungen. So auch, wenn aus einem Paar Eltern werden. Damit alles wieder »rund laufen« kann, ist gute Kommunikation entscheidend. »Die Liebe besteht im Kommunizieren von beiden Seiten«, meint Ignatius von Loyola. Das heißt in etwa: Wenn zwei Menschen sich gut über alles austauschen können, dann sind sie auf einem guten Weg zu einem partnerschaftlichen Miteinander. Der Abend gibt dazu einige Impulse.



*Franz Sageder,
Saaldorf*



Mi 29.04.2015

9:00 bis 10:30 Uhr



*Andrea Wallner,
Bad Reichenhall*

Schlafen und Wachen: Wie Ihr Baby gut zur Ruhe findet

In den ersten Monaten nach der Geburt muss sich der Schlaf- und Wachrhythmus des Babys erst einmal entwickeln. Erfahren Sie, wie Sie Ihrem Kind dabei helfen und sich selbst ausreichend Erholung trotz wacher Nächte verschaffen.



Mi 20.05.2015

9:00 bis 10:30 Uhr



*Ute Kaubisch,
Piding*

Wenn die Schule anfängt

Ein neuer Lebensabschnitt: Freude, dass mein Kind schon so weit ist – und ein unsicheres Gefühl. Was braucht mein Kind, damit es in der Schule klappt? Was bringt es dazu schon mit? Wie gelingt der Schuleintritt leicht und entspannt?



Mi 17.06.2015

9:00 bis 10:30 Uhr



Marco Balonier,
Bad Reichenhall

Pubertät – oder: Die Kunst einen Kaktus zu umarmen

»... und plötzlich ist nichts mehr so, wie es einmal war!«

Die Zeit der Pubertät ist geprägt von einer Fülle an Herausforderungen, sowohl an die Eltern als auch an die Kinder. Jugendliche gehen auf dem Weg des Erwachsenwerdens eigene Wege, was den Eltern nicht immer gefällt. Themen wie Weggehen, Freunde, Schule, Mediennutzung, »Lifestyle«, Ablösung von den Eltern bergen einiges an Konfliktpotential. Können Mütter und Väter noch Einfluss nehmen? Sollen sie sich lieber heraushalten? Dieses Treffen dreht sich um die Frage, wie eine gute Beziehung zum eigenen Kind auch in der Pubertät gelingt, wie Eltern ihre Kinder bei der Bewältigung pubertärer Aufgaben unterstützen und die Zeit der Pubertät möglichst unbeschadet durchleben. Der Referent ist Diplom-Sozialpädagoge, Supervisor und Präventionsfachkraft der Caritas Fachambulanz für Suchtkranke.



*Veranstaltungsort: Saaldorf, Sitzungssaal im Rathaus, Moosweg 2.
Die Elternwerkstatt richtet sich an Mütter und Väter im Landkreis Berchtesgadener Land.
Babys und Kleinkinder dürfen gerne mitgebracht werden.
Für alle Veranstaltungen der Elternwerkstatt wird kein Teilnahmebeitrag erhoben.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.*



Sandra Meier, Katharina Theißig
Landratsamt Berchtesgadener Land
Telefon (08651) 773-481



**Katholisches Bildungswerk
Berchtesgadener Land e.V.**
Salzburger Straße 29b
83435 Bad Reichenhall
Telefon (08651) 984400
info@bildungswerk-bgl.de
www.bildungswerk-bgl.de