

SO BUNT WIE DAS LEBEN



Katholische Erwachsenenbildung
Kreis Böblingen e.V.

Information und Anmeldung: ☎ 0 70 31/66 07 16 oder ✉ anmeldung@keb-boeblingen.de

FAMILIENANGEBOTE 1. HALBJAHR 2024

ONLINE-SEMINAR

KESS erziehen – allein/getrennt erziehen

Für Eltern von Kindern im Alter von 3 bis 11 Jahren

Leitung: Julia Schallehn (Pädagogin,
Elternbegleiterin und KESS-Trainerin)

Dieser Elternkurs für allein/getrennt Erziehende eröffnet Müttern oder Vätern in ihrer herausfordernden Situation entlastende, hilfreiche Impulse und praktische Anregungen für den Alltag. Mit Blick auf die familiären Ressourcen vermittelt der Kurs eine wertschätzende Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert. Der Austausch mit den anderen Teilnehmern*innen wird angeregt und moderiert.



Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®

ONLINE-SEMINAR

Der Kurs umfasst sechs Einheiten:

- Für sich sorgen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Sich und das Kind ermutigen – Verhaltensweisen verstehen
- Aus Kreisläufen aussteigen – angemessen reagieren
- Eltern bleiben – einander respektvoll begegnen
- Verantwortung übergeben – Orientierung geben
- Konflikte lösen – Stress reduzieren

Der Kurs findet online per Zoom statt. Den Link erhalten Sie nach der Anmeldung.

Freitag, 23. 2., 8. 3., 15. 3.,
12. 4., 26. 4. und 3. 5. 2024
9.30–11.45 Uhr
Kosten: 65 €, Paare 95 €

STÄRKE

Der Kurs ist förderfähig im Rahmen des STÄRKE-Programms.
Für Familien in besonderen Lebenssituationen (z.B. Alleinerziehende, besondere familiäre Belastungen etc.) aus dem Landkreis Böblingen ist die Teilnahme kostenfrei.

KESS erziehen – weniger Stress, mehr Freude

Für Eltern von Kindern im Alter von
3 bis 11 Jahren

Der Alltag mit Kindern fordert Eltern jeden Tag aufs Neue heraus: Wie gelingt es, gelassen und respektvoll zu bleiben, auch wenn die Nerven blank liegen? Wie ermutigen wir unser Kind, damit es sich zu einer starken Persönlichkeit entwickelt? Wie setzen wir als Eltern Grenzen?

Im Kurs werden Handlungsperspektiven vermittelt, die Sie ausprobieren und fortentwickeln können. Impulse, Reflektionen, Übungen und Anregungen für zu Hause ermöglichen eine leichte Umsetzung der Inhalte.

Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®

Der Kurs umfasst fünf Einheiten:

- Das Kind sehen
– soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen
– angemessen reagieren
- Kinder ermutigen
– Folgen eintreten lassen
- Konflikte entschärfen
– Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern
– Kooperation entwickeln

Donnerstag, 29. 2., 14. 3.,
11. 4., 25. 4. und 2. 5. 2024

19.30 – 21.45 Uhr
Katholisches Gemeindehaus
Hindenburgstraße 1
71149 Bondorf
Kosten: 65 €, Paare 95 €
Anmeldung bis: 23. 2. 2024

Leitung:
Christiane Buddendick
(Sonderschullehrerin,
Elternbegleiterin)

Mittwoch, 6. 3., 13. 3., 20. 3.,
10. 4. und 17. 4. 2024

19.30 – 21.45 Uhr
„Ausblick“ – Der Elternladen
Lange Steggasse 1
71272 Renningen-Malmsheim
Kosten: 65 €, Paare 95 €
Anmeldung bis: 29. 2. 2024

Leitung:
Anja Weidner (Erzieherin,
Elternbegleiterin)

STÄRKE

Diese Kurse sind förderfähig im Rahmen des STÄRKE-Programms.
Für Familien in besonderen Lebenssituationen (z.B. Alleinerziehende, besondere familiäre Belastungen etc.) aus dem Landkreis Böblingen ist die Teilnahme kostenfrei.

In Kooperation mit:



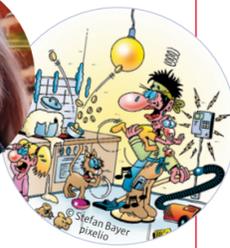
ONLINE-SEMINAR

Mental Load – Die unendliche To-Do-Liste im Kopf

Leitung: Julia Schallehn (Pädagogin, Elternbegleiterin und
KESS-Trainerin)

Ob bei der Arbeit, im Haushalt oder für die Familie – es gibt unzählige Dinge, die wir jeden Tag bedenken und erledigen. Was uns daran am meisten stresst: das Gefühl, nichts vergessen zu dürfen und für alles verantwortlich zu sein. Besonders tückisch: Diese Belastung, an alles zu denken und alles zu organisieren, ist unsichtbar und bündelt sich häufig in einer Person der Familie. Das Seminar eignet sich für Eltern, die diese (Care-) Arbeiten sichtbar machen und anders verteilen wollen.

Die Inhalte werden via Zoom vermittelt, es gibt die Möglichkeit der Selbstreflexion und es werden Tools für die praktische Umsetzung, bzw. die persönliche Weiterarbeit vorgestellt.



Donnerstag, 8. 2. 2024
19 – 21.15 Uhr

STÄRKE

Diese Veranstaltung findet im Rahmen des Familienförderprogramms „STÄRKER nach Corona“ statt und ist für Teilnehmende aus Baden-Württemberg kostenfrei.

Reale Welten?

Für Eltern mit Kindern/Jugendlichen ab 12 Jahren

Leitung: Christine Klenk und Alix Sharma-Weigold (Kunstvermittlerinnen)
Der 2-stündige Workshop führt die Kinder und Jugendliche zunächst durch die Ausstellung „Return to the Real“ des US-amerikanischen Künstlers Doug Aitken.

Realität, Raum und Zeit treffen in seinen beeindruckenden Medieninstallationen aufeinander. Das Zusammenspiel von Natur und Zivilisation, Raum und Zeit, Licht und Sound fasziniert und irritiert zugleich. Wir nehmen unsere Impulse mit ins Studio Blau, experimentieren mit der Handycamera und halten unsere „realen Welten“ im Foto fest.

Zeitgleich werden die Erwachsenen in einer einstündigen, dialogorientierten Führung durch das ganze Museum geleitet und haben dann die Möglichkeit, den Nachmittag im Café PS3 gemütlich ausklingen zu lassen. >> Bitte mitbringen: Handy mit Kamera



Sonntag, 25. 2. 2024
14 – 16 Uhr
SCHAUWERK Sindelfingen
Eschenbrunnlestraße 15
71065 Sindelfingen
25 € pro Eltern-Kind-Paar
Anmeldung bis: 19. 2. 2024

In Kooperation mit:

**SCHAUWERK
SINDELFINGEN**

Monatliches Elterncafé

Möchten Sie gerne:

- Mal in Ruhe mit anderen Eltern ins Gespräch kommen?
- Tipps und Anregungen rund ums Elternsein erhalten?
- In einem Erziehungsthema Unterstützung und Beratung durch eine Fachfrau bekommen?

Dann sind Sie herzlich eingeladen zu unserem monatlichen Elterncafé im Familienzentrum St. Anna.

Je nach Wetter sind wir entweder im Garten oder im Turnraum des Kinderhauses St. Martin.

Kontakt und Leitung

Petra Fuchs (FamilienbildungsreferentIn keB,
Systemische Beraterin, Elternbegleiterin) ☎ 0 70 31/66 07 30 oder -16



STÄRKE

Freitag, 23. 2., 22. 3., 19. 4.,
3. 5., 21. 6. und 19. 7. 2024

15.30–17 Uhr
Familienzentrum St. Anna
Hermann-Kurz-Straße 2
71069 Sindelfingen-
Maichingen

In Kooperation mit:



Diözesane Aktionswoche Familie im Fokus

Im Rahmen dieser Aktionswoche werden verschiedene Aspekte und Fragestellungen rund um das Thema Familie behandelt. So beschäftigt sich beispielsweise ein Workshop mit der Frage, wie Erziehende mit herausforderndem Verhalten von Kindern umgehen können. In einer Impuls- und Austauschrunde steht hingegen der Umgang mit Medien im Mittelpunkt.

Die erforderlichen Anmeldungen nehmen Sie bitte online, direkt bei der jeweiligen Veranstaltung, vor.



Montag, 4. 3. bis
Freitag, 8. 3. 2024

Den detaillierten
Wochenplan finden Sie
hier:



„In der Osterbäckerei ...“ Für Erwachsene mit Kindern im Alter von 5 bis 10 Jahren

Auch die Osterbäckerei bietet so manche Leckerei – und wo könnten diese Köstlichkeiten besser entstehen, als in einer echten Backstube? Wir freuen uns, dass die Bäckerei Diefenbach auch im Frühjahr ihre Pforte wieder für uns öffnet und uns damit die Möglichkeit des gemeinsamen Backens bietet.

Eingeladen sind alle, die Freude am Backen und Verzieren haben und sich gemeinsam auf das kommende Osterfest einstimmen möchten.

Bitte bringen Sie Dosen/Behälter mit.



Samstag, 16. 3. 2024

10 – 13 Uhr
**Bäckerei & Konditorei
Diefenbach**
Josef-Beyerle-Straße 12
71263 Weil der Stadt
Kosten: 6 € (Kinder)
8 € (Erwachsene)
Anmeldung bis: 11. 3. 2024

In Kooperation mit:



Werbung und Wirklichkeit bei Kinderlebensmitteln

Leitung: Heike Silber (Fachberaterin für Lebensmittel und Ernährung Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e.V.)

Bärchenwurst, süße Limonaden und Joghurt mit bunten Perlen – es gibt zahlreiche Produkte in Kinderoptik, die vor allem die jüngsten zum Konsum animieren sollen. Hersteller locken mit Comics, Stickern, Sammelfiguren und auffälliger Verpackung. Die Produkte zeichnen sich vor allem dadurch aus, dass sie reichlich Zucker, Fett und Zusatzstoffe enthalten – und häufig auch noch teurer sind. Den Eltern verspricht die Werbung, dass Kinderlebensmittel gesund seien. Sie sollen zum Beispiel den „Aufbau gesunder Knochen unterstützen“ oder „wertvolle Vitamine“ enthalten.

Der Vortrag deckt auf, was hinter der Werbung für Kinderlebensmittel steckt. Er erläutert typische Marketingstrategien und zeigt beispielhaft auf, wie Werbetricks erkannt und Werbeaussagen kritisch bewertet werden können.



Bringen Sie gerne
auch Ihre eigenen
Fragen mit!

Mittwoch, 24. 4. 2024

19 – 20,30 Uhr
**Familienzentrum
St. Anna**
Hermann-Kurz-Straße 2
Sindelfingen-Maichingen
Kosten: 8 €
Anmeldung bis: 15. 4. 2024

In Kooperation mit:



verbraucherzentrale Baden-Württemberg

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung Für Grundschul Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren

Leitung: Trainer*in von protactics/Seehaus e.V.

In der Grundschulzeit werden viele entscheidende Weichen für die Weiterentwicklung der Kinder gelegt. Schon hier sind die Kinder gefordert, sich selbstständig in sozialen Gefügen zurechtzufinden und Herausforderungen in verschiedensten Bereichen zu meistern. In diesem Kurs lernen die Kinder, mit Konfliktsituationen konstruktiv umzugehen, sich gegenseitig zu achten und wertzuschätzen sowie sich selbst zu behaupten und selbstbewusst aufzutreten. Die Inhalte werden ganz praktisch und sehr abwechslungsreich vermittelt, so dass sie im Alltag gut angewandt und nicht vergessen werden.



Folgende Schwerpunkte werden dabei an den einzelnen Nachmittagen in den Blick genommen:

- Selbstbehauptung
- Selbstwert/Identität
- Wut / Cool down

Freitag, 7. 6., 14. 6. und
28. 6. 2024

14.30 – 16 Uhr
D12
Sindelfinger Straße 12
71032 Böblingen
Kosten: 50 €
Anmeldung bis: 16. 5. 2024

In Kooperation mit:



Natur zum Anfassen: Wildkräuterwanderung mit Verkostung Für Erwachsene mit Kindern ab 5 Jahren

Leitung: Marina Max (Wildkräuterpädagogin und Ernährungsberaterin)

Bei unserer Wildkräuterwanderung lernen wir gemeinsam die regionalen, essbaren Wild- und Heilpflanzen kennen, die direkt vor unserer Haustüre wachsen.

Im Anschluss bereiten wir gemeinsam köstliche Leckerbissen aus den gesammelten Wildkräutern zu. Dabei erfahren wir, wie man unkompliziert und schnell Wildkräuterbrötchen zubereitet und genießen diese anschließend mit einem köstlichen Wildkräuterquark.



Samstag, 15. 6. 2024

14 – 16.15 Uhr
**Treffpunkt:
Familienzentrum
St. Anna**
Hermann-Kurz-Straße 2
Sindelfingen-Maichingen
28 € pro Eltern-Kind-Paar
(inkl. Materialkosten)
Anmeldung bis: 12. 6. 2024

Vorpubertät & Pubertät Kommen Kinder heute früher in die Pubertät?

Leitung: Beate Scharfenstein
(Ärztin und Leiterin der Beratungsstelle)

Geht Ihr Kind noch in die Grundschule? Zeigt es manchmal Verhaltensweisen oder redet, als ob es schon in der Pubertät wäre? Sie denken, das kann doch jetzt noch gar nicht sein? Doch, es kann und ist immer häufiger der Fall.

Kinder machen heute eine sogenannte Vorpubertät durch. Was das im Einzelnen bedeutet und Sie darauf richtig reagieren können, damit beschäftigen wir uns zu Beginn des Abends.

Die Pubertät, der Lebensabschnitt, in dem aus Kindern allmählich Erwachsene werden, schließt sich unmittelbar an. Kenntnisse über die körperliche und seelische Entwicklung erleichtern es uns, die Kinder innerlich sicherer und gelassener auf ihrem Weg ins Erwachsenenleben zu begleiten.



Dienstag, 18. 6. 2024

19 – 20.30 Uhr
**Gemeinschaftsschule
Weil im Schönbuch
Aula, In der Röte 92**
71193 Weil im Schönbuch
Kosten: 10 €
Anmeldung bis: 13. 6. 2024

In Kooperation mit:



Elternberatung Beratung ist Vertrauenssache

Wir bieten kostenfrei individuelle Beratung zu folgenden Themen:

- Erziehung
- Familienthemen in bestimmten Lebensphasen
- Fragen zu Elternrollen
- Orientierungsberatung



In Kooperation mit:



Bitte vereinbaren
Sie einen Termin
mit unserer Familien-
bildungsreferentin
Petra Fuchs
(Systemische Beraterin,
Elternbegleiterin)
☎ 0 70 31/66 07 30
✉ fuchs@
keb-boeblingen.de