

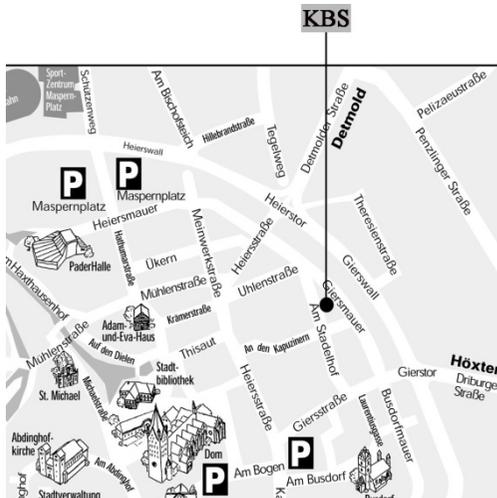


Wann und wo findet das „Elterntaining von A-Z“ statt?

Das Elterntaining von A-Z wird, mit Ausnahme der Ferien, ganzjährig angeboten. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, sofern nicht bereits mehr als 16 Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Kurs besuchen.

Der Kurs findet freitags von 9.30 – 11.45 Uhr in der Kath. Bildungsstätte für Erwachsenen- und Familienbildung, Giersmauer 21, in Paderborn statt.

Hier finden Sie die Kath. Bildungsstätte:



Quelle: Katholische Bildungsstätte Paderborn

Jugendamt

Ansprechpartner/in:

Kreis Paderborn – Jugendamt

Ansprechpartner/in ist der jeweils zuständige Mitarbeiter oder die zuständige Mitarbeiterin im allgemeinen Sozialen Dienst.

Anmeldungen:

Ina Gerken / Edith Rehmann-Decker
Aldegrevestraße 10 – 14
33102 Paderborn

Tel.: 05251 308 - 5132 oder -5102

E-Mail: gerkeni@kreis-paderborn.de
rehmann-deckere@kreis-paderborn.de

Katholische Bildungsstätte für Erwachsenen- und Familienbildung

Ansprechpartnerin:

Sabine Apel
Giersmauer 21
33098 Paderborn

Tel.: 05251 68985833

E-Mail: sabine.apel@kbs-paderborn.de

Impressum:

Kreis Paderborn
- Der Landrat -
Jugendamt
Aldegrevestraße 10-14
33102 Paderborn
Tel.: 05251 308 - 5132
E-Mail: gerkeni@kreis-paderborn.de
www.kreis-paderborn.de



Elterntaining von A-Z



ELTERN

Elternteraining von A-Z

Das Elternteraining von A-Z ist ein vom Jugendamt des Kreises Paderborn in Zusammenarbeit mit der Kath. Bildungsstätte entwickeltes Kompetenztraining für Eltern.

Dieser Kurs ist ein Angebot an Eltern, ihre Kenntnisse u.a. im Bereich der Kindererziehung und praktischen Hauswirtschaft zu erweitern. Dadurch sollen Mütter und Väter in ihrer verantwortungsvollen Elternrolle unterstützt und gestärkt werden.

Die verschiedenen Inhalte werden im Folgenden näher dargestellt.

Das Kind und seine Bedürfnisse

Für eine gesunde Entwicklung benötigen Kinder die Aufmerksamkeit, Liebe, Unterstützung und Anerkennung ihrer Eltern.

Beim Elternteraining erhalten Eltern Informationen und Hilfen, die u.a. das Selbstvertrauen im Umgang mit dem Kind stärken und die Fähigkeiten zum Zuhören und Grenzen setzen erweitern.

Themenbeispiele:

- ✓ Das Kind in seiner Entwicklung
- ✓ Was ist in der Erziehung wichtig (Ziele, Werte, Vorbild etc.) ?
- ✓ Freiheit und Grenzen
- ✓ Umgang mit Medien (Computer, TV....)
- ✓ Konflikte, Streit und Stress – wie gehe ich damit um?
- ✓ Miteinander reden
- ✓ Tagesabläufe, Rituale usw.
- ✓ Feste in der Familie gestalten und feiern

Gesundheit

Gesund zu leben und dieses von den Eltern vorgelebt zu bekommen, ist für die Entwicklung eines Kindes besonders wichtig. Die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer erhalten hierzu wertvolle Informationen.

Themenbeispiele:

- ✓ Gesunde Ernährung
- ✓ Ernährung bei Gewichtsproblemen
- ✓ Bewegung hält fit
- ✓ Hygiene im Haushalt
- ✓ Unfallverhütung/Erste Hilfe
- ✓ Vorsorgeuntersuchung

Hauswirtschaft in Theorie und Praxis

Regelmäßige Mahlzeiten, gepflegte Kleidung und ein gemütliches Zuhause sind für das Wohlbefinden von Kindern und Erwachsenen von erheblicher Bedeutung. Dabei sind grundlegende Kenntnisse und Erfahrungen auf dem Gebiet der Ernährungslehre, des Kochens sowie der Haus- und Wäschepflege sehr hilfreich.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Elternterainings bekommen diese Kenntnisse u.a. in praktischen Übungen vermittelt. Dabei steht auch das gemeinsame Kochen und Essen auf dem Programm.

Themenbeispiele:

- ✓ Jahreszeitliches Einkaufen
- ✓ Einkaufsfalle Supermarkt – aufmerksam konsumieren
- ✓ Erstellung eines Speiseplans, auch mit Kindern
- ✓ Ernährungslehre
- ✓ Praktische Zubereitung schneller, gesunder und preiswerter Gerichte
- ✓ Tischdecken, gemeinsam essen und genießen
- ✓ Wie organisiere ich meinen Haushalt?
- ✓ Reinigung und Pflege von Kleidung etc.
- ✓ Auskommen mit dem Einkommen

Teilnahme am Elternteraining von A-Z

Die Vermittlung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfolgt über das Kreisjugendamt. Für die Betreuung der Kinder wird gesorgt.



KINDER