

GEMEINSAM Spaß an Bildung.

THEMENANGEBOT FÜR

KINDERTAGESSTÄTTEN

UND FAMILIENZENTREN



VOR ORT in Sachen Bildung

KEFB Gelsenkirchen
Helene-Weber-Haus
Westerholter Straße 10
45894 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 933117-0
Fax: 0209 933117-20
gelsenkirchen@kefb.info
Internet: www.kefb.info

Die Einrichtungen der KEFB
sind nach dem Weiterbildungsgesetz des Landes NRW (WbG) anerkannte
Einrichtungen der Erwachsenen- und Familienbildung, zertifiziert durch den
Gütesiegelverbund Weiterbildung e. V.



KEFB

**Katholische Erwachsenen-
und Familienbildung
Gelsenkirchen**



KEFB

**Katholische Erwachsenen-
und Familienbildung
Gelsenkirchen**

INHALT

FAMILIENBILDUNG VOR ORT

2

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

3

ANGEBOTE FÜR ELTERN

Kita's mit Familienzentren

(Elementarbereich)

4

Familie im Miteinander

5 - 8

FORTBILDUNG ...

für Fachkräfte in Kita's und Familienzentren

Stärken im Team erkennen und fördern

9

Stressbewältigung und -reduktion,

Resilienz im Berufsalltag

10

Konfliktmanagement im Berufsalltag

10

Wahrnehmung bei Kindern

natürlich fördern

11

Gesprächsführung

mit Eltern und Kindern

11

GESUNDE ERNÄHRUNG - KOCHEN

12

DEUTSCHKURSE

13

KREATIVES

13

FITNESS UND ENTSPANNUNG

14

NAHEN

15

Familienbildung vor Ort

Wir - die Mitarbeiter*innen der KEFB Gelsenkirchen möchten Sie - die Teams in den Kindertagesstätten und Familienzentren bei der Begleitung der Familien unterstützen.

Wir laden Sie herzlich ein, Angebote für Familien zu planen und in ihren Einrichtungen durchzuführen. Die Themen dafür sind so vielfältig, wie das Leben mit Kindern reichhaltig ist.

Die Stärkung der elterlichen Kompetenzen zu einer sicheren Erziehung, als auch die Gestaltung des Familienlebens und der gemeinsamen Freizeit, sind Bausteine einer positiven Eltern-Kind-Beziehung.

Lassen Sie sich von unseren Angeboten anregen, wählen Sie aus, was für Ihre Einrichtung und Zielgruppen interessant ist und setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Die Veranstaltungen können entsprechend Ihren Wünschen gezielt ausgerichtet, zeitlich anders terminiert und ggf. ganz „neu gedacht“ werden.

Natürlich können Sie passende Angebote aus allen aufgeführten Fachbereichen entnehmen die zu Ihrer Einrichtung und zu Ihrem Klientel passen. Fragen Sie diese bitte direkt bei der entsprechenden Fachbereichsleitung für Planung und Buchung an.

Familie leben – Familienleben gestalten

Machen Sie Ihre Einrichtung zu einem lebendigen Ort für Groß und Klein, an dem Eltern und Kinder gleichermaßen Spaß haben und Bildung stattfindet.

Kommen Sie auf uns direkt zu – wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Bitte sprechen Sie immer direkt die zuständigen Mitarbeitenden an.

Kontakt: Einrichtungsbesuche/Koordination

Angebote für Kita's mit Familienzentren

Annette Lüer

0209 933117 13

annette.lueer@kefb.info

Kontakt: Koch- und Kreativangebote, Deutschkurse

Ursula Behrendt

0209 933117 18

ursula.behrendt@kefb.info

Kontakt: Fitness- und Entspannungsangebote

Elisabeth Kücke

0209 933117 0

elisabeth.kueke@kefb.info

Kontakt: Nähkurse

Beate Kruschinski

0209 933117 12

beate.kruschinski@kefb.info

Hinweise gestalten

Um eine reibungslose Durchführung zu gewährleisten, müssen einige Voraussetzungen und Rahmenbedingungen erfüllt sein:

- Wir stellen eine kompetente Kursleitung
- oder: Sie kennen eine qualifizierte Fachkraft, die gerne für uns/Sie als Kursleiter*in tätig werden möchte oder ein spezielles Angebot für Sie durchführen möchte.

Um die Kursangebote bei Ihnen zu planen, bleiben wir in einem intensiven Austausch miteinander. Planungsunterlagen werden zugesandt – Planungstermine abgestimmt.

Um eine längere, zufriedenstellende Zusammenarbeit zu gewährleisten, schließen wir eine Kooperationsvereinbarung miteinander ab.

Bitte sprechen/schreiben Sie immer direkt die oder den zuständigen Mitarbeitenden* an.

Hinweise zur Kursplanung:

1. Sie haben aus den Themen ausgewählt oder eigene Ideen.
2. Sie setzen sich mit der/dem auf den Seiten genannten Ansprechpartner*innen direkt in Verbindung.
3. Wir verabreden eine Kursleiter*in und vereinbaren nach Ihren individuellen Bedürfnissen alles Weitere (Kurstage, Datum, Uhrzeit, Dauer, evtl. online über Zoom etc.).
4. Wir besprechen die Kosten, Sie bekommen hierüber einen Kostenvoranschlag.
5. Die Anzahl der angemeldeten Kursteilnehmer*innen sollte spätestens 8 Werktage vor Start zurückgemeldet werden, um zu besprechen, ob die Veranstaltung durchgeführt werden kann.
6. Sie haben vor Kursbeginn Kontakt mit der Kursleitung, um die genauen Inhalte teilnehmerorientiert abzusprechen und evtl. Gegebenheiten vor Ort anzusprechen.
7. Sie stellen den Kursraum entsprechend dem Angebot zur Verfügung.
8. Nach der Veranstaltung übersenden Sie Zeitnah der KEFB Gelsenkirchen die Teilnahmeliste/n.
9. Wir stellen ihnen die vereinbarten Kosten in Rechnung.
10. Wir freuen uns auf Ihr Feedback zur Veranstaltung und zum Ablauf.



Kita's mit Familienzentren

Kontakt bei Anfragen zu diesen Angeboten
Annette Lüer
 0209 933117 13
 annette.lueer@kefb.info

Kess-erziehen: Der Elternkurs® Weniger Stress. Mehr Freude.



Kess-erziehen eröffnet Vätern und Müttern Wege zu einem entspannten und förderlichen Miteinander.

- Kinder verstehen und angemessen reagieren.
- Grenzen respektvoll setzen.
- Den Kindern Selbstständigkeit zumuten und Mitsprache einräumen, Kooperation entwickeln.
- Konflikte als Entwicklungs-Chance begreifen und nutzen.
- Für Ermutigung und ein gutes Miteinander sorgen.
- Oasen für sich selbst schaffen.
- Entspannt erziehen.

Online über Zoom, als auch in Präsenz möglich.
 Kurs über 5 Treffen: 1 x wöchentlich jeweils 2 ¼ Std. auch als Abendveranstaltung möglich

Krafttankstelle für Eltern

Online über Zoom, als auch in Präsenz möglich.

Elternrunde mit Gesprächsaustausch rund um Familie, Gesundheit und Erziehungsfragen.

Die Themen der Treffen besprechen die Eltern zusammen mit der Kursleitung. Die Dialogtreffen können als eigenständiges Angebot angeboten oder im Rahmen von bestehenden Elterncafés geplant werden.

Kurstreffen: 1 x im Monat jeweils 2 ¼ Std., vor – oder nachmittags



Elterntreffpunkt

1. Was ist eigentlich „gute Erziehung“?
2. Die Persönlichkeit des Kindes stärken
3. Grenzen, Regeln und Konsequenzen-durchhalten
4. Umgang mit schwierigen Situationen im Erziehungsalltag.

4 Treffen, jeweils 2 ¼ Std. auch einzeln buchbar!

Inhalte der Texte in den Einzelveranstaltungen.

Familie im Miteinander

Einzelveranstaltungen (teilweise vormittags oder nachmittags, auch online über Zoom möglich)

Wut im Bauch – Umgang mit starken Gefühlen

Gefühle kommen meist ungefragt und unpassend, ganz besonders, wenn es sich um besonders starke, unangenehme Gefühle wie z.B. Wut handelt. Zeitgleich plötzlich mit kühlem Kopf zu reagieren, fällt nicht nur Kindern, sondern auch Erwachsenen schwer. Wir beschäftigen uns mit Gefühlen und finden gemeinsam Lösungen, um auch in stressigen Situationen mit unangenehmen Gefühlen richtig umzugehen.

„Nein“ hört das Gehirn nicht

„Lauf nicht auf die Straße...“, „spiel nicht am Lichtschalter...“, „nicht mit Steinen schmeißen...“ sicherlich kennen Sie noch mehr Beispiele aus dem täglichen Familienalltag, in denen Ihre Anweisungen genau gegenteilig befolgt werden. Unser Gehirn versteht das „Nein“ nicht. In diesem kurzweiligen Workshop werden wir miteinander positives formulieren üben und erstaunt sein, wie wertvoll das ist.

Streit im Kinderzimmer – aushalten oder schlichten?

Geschwister – Kinder streiten sich. Um das Spielzeug, um das größte Kuchenstück, um Recht haben... sicher kennen Sie noch viele Beispiele im täglichen Trott. Wie reagieren Sie persönlich? Was fällt Ihnen schwer, was ist leicht? Was genau ist richtig – einmischen oder aushalten? An diesem Nachmittag finden wir neben dem Austausch auch Möglichkeiten, nicht nur im Kinderzimmer Konflikte anzunehmen, auszuhalten und konstruktiv zu lösen.

Resilienz – Was Kinder stark macht

Resilienz wird auch als „psychische Widerstandsfähigkeit“ bezeichnet und ist die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und diese als Anlass für Weiterentwicklungen zu nutzen. Doch wie schaffen wir es, dass unsere Kinder selbstbewusst mit den Herausforderungen des Alltags, mit Problemen und Rückschlägen umgehen? An diesem Angebot wollen wir aufzeigen, was Kinder stark machen kann und wie Sie die persönliche Entwicklung Ihrer Kinder unterstützen können.

Die Persönlichkeit des Kindes stärken – durch positive Verstärkung und Grenzen setzen

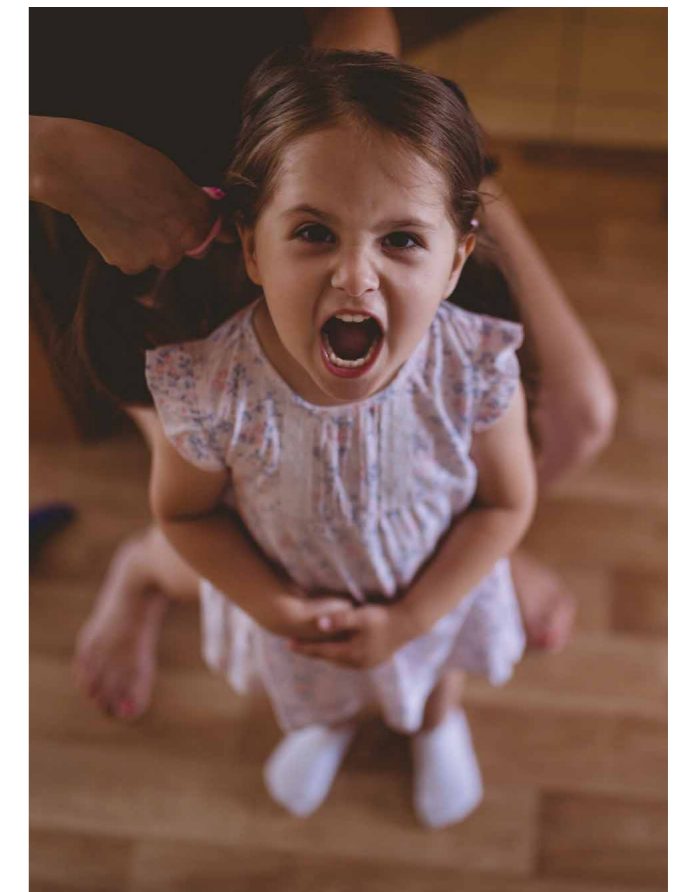
„Zwei Dinge sollen Kinder von ihren Eltern bekommen: Wurzeln und Flügel“ (Johann Wolfgang von Goethe). Über die wichtigen Zusammenhänge zwischen Bindung und Loslassen wollen wir an diesem Tag mit Ihnen ins Gespräch kommen und viele Strategien kennenlernen und trainieren (!), die Ihnen dabei helfen sollen, die Persönlichkeit ihres Kindes zu stärken.

Erziehungstipps für den Alltag – Regeln und Grenzen

Wie soll man sich eigentlich um die Erziehung kümmern, wenn einem gerade alles über den Kopf wächst? Kindererziehung ist eine wahre Herausforderung für Eltern. Unsere Kleinen haben oft ihren ganz eigenen Kopf und eigene Vorstellungen, die manchmal nicht unseren entsprechen. Manchmal wird der Alltagsstress zu viel und man weiß sich nicht anders durchzusetzen. Lösungswege helfen dabei, Grenzen wirksam zu setzen und sich gegenseitig zu respektieren, um so ein harmonisches Familienleben zu führen.

Achtsame Kommunikation

Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie die Eskalation von Konflikten durch eine offene und ausgeglichene Kommunikation verhindert werden kann. Und wie gerade in der jetzigen Zeit die „blankliegenden“ Nerven wieder durch ein harmonisches Miteinander beruhigt werden können.



Auch Dinos zeigen Gefühle

Liebe und Freude, Trauer und Angst, Schmerz und Wut - Gefühle gehören zum Leben. Kinder wollen mit ihren Gefühlen ernst genommen werden. Zurückhaltende Kinder sind oft bedrückt und still, andere neigen zu lautstarken Gefühlsausbrüchen.

Eltern erhalten unter Zuhilfenahme des Bilderbuches „Ein Dino zeigt Gefühle“ praktische Ideen für den Umgang mit Gefühlen im Familienalltag.

Unterm Bett sitzt ein Monster

Je mehr sie von der Welt erkunden und erfahren, desto größer wird auch die Angst der Kinder vor den darin lauernden Gefahren. Für Kinder sind „Gespenster“ und „Monster“ real. „Sorgenfresserchen“ und Traumfänger sind nur zwei Beispiele, die Ängste der Kinder ernst zu nehmen.

Mein Kind ist krank

Krankheit und Unwohlsein sind ständige Begleiter in der Entwicklung von Kindern, bis ihr Immunsystem stark genug ist.

Was ist zu tun, wenn das Kind krank ist? Welche Temperaturmessung ist die Richtige?

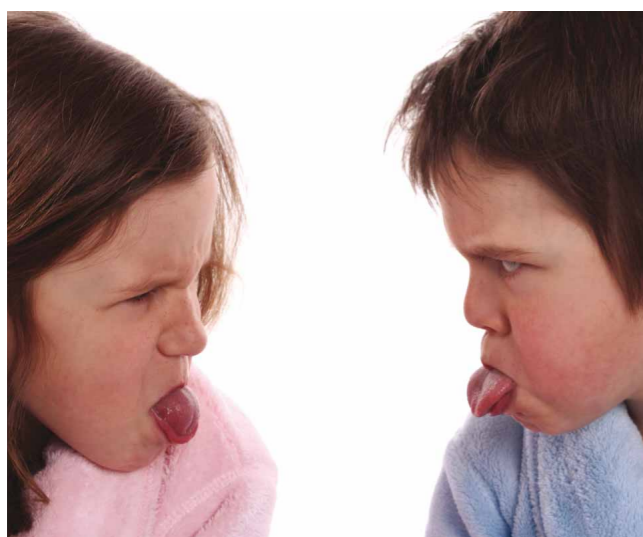
Welche Hausmittel können bei Fieber und Co zum Einsatz kommen?

Ein nicht nur theoretischer Nachmittag.

Hauen, Kratzen, Beißen ...

Wie reagieren wir auf aggressive Verhaltensweisen unserer Kinder? Können wir ihnen vorbeugen?

Warum ist Versöhnung so wichtig?



Worte lernen – Sätze sprechen

Jedes Kind ist anders und jedes erlernt die Sprache anders. Sie erhalten Anregungen, ihr Kind bei der Sprachentwicklung zu unterstützen.

Struktur im Familienalltag

Kinder haben ein starkes Bedürfnis nach wiederkehrenden Strukturen, sie lieben und brauchen tägliche Rituale. Gleichbleibende Regeln erleichtern den Familienalltag und vermitteln dem Kind Stabilität. Vorgegebene Veränderungen lösen Frustrationen aus, eine neue Beständigkeit muss zusammen aufgebaut werden.

Entspannte Kinder = entspannte Eltern!

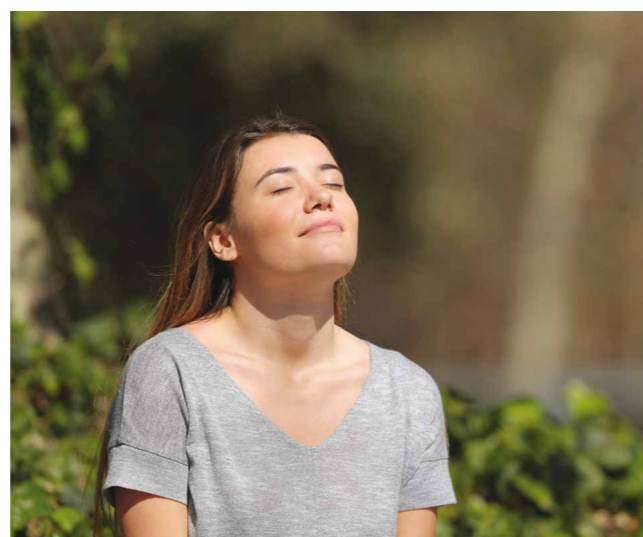
Lass mich ...

Die kleine Auszeit zwischendurch

Eltern sind oft und vielseitig gefragt. Kind/er, Haushalt, Einkauf, Beruf... es ist nicht immer leicht, ein Familienunternehmen zu führen und sich dabei selbst nicht aus den Augen zu verlieren.

In diesen Workshop finden wir Möglichkeiten für eine kleine Pause zwischendurch, einen zauberhaften Augenblick der Ruhe zum Ausruhen, Loslassen und Auftanken.

Sie kennen eine qualifizierte Fachkraft, die gerne für uns/Sie als Kursleiter*in tätig werden möchte oder ein spezielles Angebot für Sie durchführen möchte sprechen Sie uns an!



Die Kursinhalte sind Im gemeinsamen Tun voneinander lernen aufgebaut:

Kinder von anderen Kindern – spielen und beobachten, um sich in der Welt zurechtzufinden

Eltern von anderen Eltern – eine positive Erziehung kann Entwicklungsverläufen den geeigneten Rahmen geben und Entwicklung anregen und fördern

Kinder von Eltern – im Miteinander, das geprägt ist von Geborgenheit und Vertrauen, entwickelt sich das Kind zu einer starken Persönlichkeit

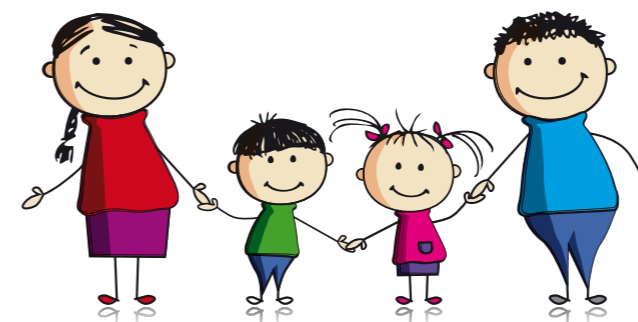
Eltern von Kindern – kindliche Lebensfreude und Neugierde wahrnehmen und das Kind in – seiner Einzigartigkeit verstehen, ist unser Motto.

Mögliche Kursangebote: Verschiedene Kamishibai – Erzähltheater, Geschichten

für Eltern und Kinder ab 2 - 6 Jahren

Die wunderbare Reise ins Geschichtenland kann beginnen.

- Löwe hat Geburtstag
- Die kleine Raupe Nimmersatt
- St. Martin
- Das Eselchen und der kleine Engel.



Basteln für Eltern und Kinder

Je Veranstaltung: 3 UE, zuzüglich Materialkosten oder auch Selbstzahlende*

Einige Angebote sind auch „To Go“ möglich

- Basteln zu Ostern und zum Frühling
- Schultüten selbstgemacht
- Herbst und Winterdekorationen
- Laternen
- Väter/Großeltern basteln mit Kinder Nistkästen (ca. 5 UE unter Vorbehalt).

Stärkentraining für Kinder ab 5 Jahre

4 bis 5 Treffen plus Elterngespräch:

„Mut tut gut“ – für Jungen“ oder „Stark wie Pippi Langstrumpf“ für Mädchen

Wer Selbstbewusstsein und Stärke zeigt, ist nicht so leicht angreifbar. Das ist auch schon bei kleineren Kindern so. Mit Hilfe von Wahrnehmungsübungen, Spielen, Geschichten, Rollenspielen und kreativem Gestalten werden Kinder in ihrem Selbstwertgefühl gefördert. So nähern sich die Kinder dem Thema „Körper und Berührungen“ sowie „Grenzen setzen und Nein - Sagen“ an. In altersgerechter Form werden sie an die Selbstbehauptung bzw. Selbstverteidigung herangeführt, um hilfreiche Verhaltensweisen einzuüben. Während eines Infoabends erhalten die Eltern Hinweise, wie sie ihre Kinder unterstützen können.

WenDo für Frauen

WenDo ist Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen.

Ziel ist es, die eigenen Grenzen wahrzunehmen, sich gegen alltägliche Grenzüberschreitungen, wie abwertende Sprüche oder Respektlosigkeit, wehren zu können und einen Angriff abwenden zu können.

WenDo ist kein Kampfsport und ist für jede Frau geeignet!

Auch als Schnupper Kurs möglich.

Turnen für Eltern und Kinder

(ab 2-6 Jahre) Bewegungskurse

Verschiedene Bewegungsangebote, die es jedem Kind möglich machen in einem geschützten Rahmen dem Bewegungsdrang nachzukommen oder ihn zu entwickeln. Erfahrungen mit allen Sinnen.

Thema: bewegen – spielen – lernen.

(Ca. 3 bis 5 mal je nach Möglichkeit und Kapazität).

Ihre Eltern wünschen sich Themen, die Sie hier nicht gefunden haben? Bitte sprechen Sie uns an, wir gehen gerne auf Ihre Wünsche ein.



Angebote für Fachkräfte in Kita's und Familienzentren

AnsprechpartnerIn für Angebote in KiTa's mit und ohne Familienzentren und weitere interessierte Einrichtungen

Annette Lüer
0209 933117 13
annette.lueer@kefb.info

Wir bieten Ihnen passgenaue Seminar zu verschiedenen Themenbereichen.
(eine Auswahl – weiteres auf Anfrage).

Seminarleitung: Martina Krebs

Kinderkrankenschwester, Kommunikationstrainerin, Trainerin DVNLP, Präventionsassistentin DAPG, Asthmatrainerin AGAS

Stärken im Team erkennen und fördern

Fortbildung für Fachkräfte

Teambuilding und Aktivierung von persönlichen Stärken

1. Persönliche Stärken und Schwächen kennen
2. Gruppendynamik
3. Selbstreflexion

Ein Team besteht immer aus vielen Persönlichkeiten, die mit ihrer fachlichen Kompetenz und Zugehörigkeit zum Arbeitgeber miteinander zum Wohle der Kinder an einem Strang ziehen. Tägliche Anforderungen und wechselnde Rahmenbedingungen lassen wenig Spielraum für Kennenlernen und Miteinander. Somit werden persönliche Stärken der einzelnen Persönlichkeiten selten erkannt oder zielgerichtet eingesetzt. In diesem Workshop werden wir persönliche Stärken ebenso erkennen und teamorientiert fördern, wie persönliche Schwächen innerhalb der Gruppendynamik wahrnehmen und reflektieren. Mit praktischen Übungen wird neben der Reflektion auch der Faktor Spaß Berücksichtigung finden.

Inhalt:

- persönliche Stärken und Schwächen erkennen
- Stärken im Team fördern
- Transfer in den Alltag
- Selbstreflexion

Ziel:

- Stärkung des Teams
- Ressourcenaktivierung
- Stressreduktion

Methodik:

Wissensvermittlung, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, praktische Übungen

Teilnehmer:

Mitarbeitende*, Fachkräfte*

Teilnehmerzahl:

maximal 18 Teilnehmende*

Ort:

n.n. - Zeitumfang: 1 Tag



Stressbewältigung und -reduktion, Resilienz im Berufsalltag

Fortbildung für Fachkräfte

Gelassen durch den Berufsalltag – sich selbst im Blick halten

1. Stressfaktoren im Berufsalltag erkennen
2. Selbstreflexion – Wie gehe ich mit Stress um?
3. Flexibilität im Berufsalltag – Stress oder Chance?
4. Selbstmanagement

Im pädagogischen Berufsalltag wird ein hohes Maß an Empathie, Flexibilität und Handlungskompetenz erwartet. Bei zunehmend neuen Rahmenbedingungen gilt es, stets einen kühlen Kopf zu bewahren, um in allen Situationen richtig zu reagieren. Dabei dürfen wir uns selber nicht aus den Augen verlieren.

Eine achtsame Haltung stärkt die eigene Wahrnehmung und Kommunikationsfähigkeit. Achtsamkeit hilft dabei, fremde wie auch eigene Bedürfnisse leichter zu erkennen, unsere persönlichen Anteile zu reflektieren und eingefahrene Verhaltensmuster zu durchbrechen. In der Folge erweitern wir unsere Handlungs- und Beziehungskompetenz und lernen, Stress erfolgreich zu reduzieren.

- Inhalt:**
- Erkennen von Stressauslösern im Berufsalltag
 - Bewusstmachen von Verhaltensstrukturen unter Stress
 - Ressourcen aktivieren und Wahlmöglichkeiten nutzen
 - Achtsamkeitsmeditation
 - Reflexion
- Ziel:**
- Stärkung der persönlichen Handlungskompetenzen
 - Achtsamkeitsübungen zur Anwendung im Berufsalltag
 - Stressreduktion
- Methodik:** Wissensvermittlung, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, praktische Übungen
- Teilnehmer:** Mitarbeitende*, Fachkräfte*
- Teilnehmerzahl:** maximal 18 Teilnehmende*
- Ort:** n.n. - Zeitumfang: 1 Tag

Konfliktmanagement im Berufsalltag – Deeskalation Kritik- & Konfliktgespräche führen

1. Auslöser und Anzeichen für Deeskalation kennen und erkennen
2. Kritik - und Konfliktgespräche sicher führen
3. Pacen und leaden
4. Kommunikationsmethoden praktisch anwenden
5. Selbstreflexion

Im pädagogischen Berufsalltag sind Kritik – oder Konfliktgespräche mit Kindern, Eltern oder Kolleg/innen trotz hoher fachlicher Kompetenz der pädagogischen Fachkraft möglich. Emotionen, Zeitmangel und Alltagsstress bieten Gelegenheit für falsch Verstandenes und persönliche Interpretationen. Gespräche finden nicht nur geplant in ruhiger Atmosphäre statt, sondern häufig auch ungeplant, zwischen Tür und Angel. Es gilt, in der Kommunikation einen kühlen Kopf zu bewahren, Anzeichen für Konflikte rechtzeitig zu erkennen und bei Konflikten angemessen und achtsam zu reagieren. Die persönliche Handlungskompetenz in der Gesprächsführung wird gefestigt und gefördert.

- Inhalt:**
- Konflikt frühzeitig erkennen, non-verbale Kommunikation
 - Deeskalierende Gesprächsführung, SAG ES Formel u.a.
 - Transfer in den Alltag
 - Selbstreflexion
- Ziel:**
- Stärkung der persönlichen Handlungskompetenzen
 - Sicherheit in der Gesprächsführung
 - Stressreduktion
- Methodik:** Wissensvermittlung, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, praktische Übungen
- Teilnehmer:** Mitarbeitende*, Fachkräfte*
- Teilnehmerzahl:** maximal 18 Teilnehmende*
- Ort:** n.n. - Zeitumfang: 1 Tag

Wahrnehmung bei Kindern natürlich fördern

1. Persönliche Wahrnehmungskanäle kennenlernen und nutzen
2. Aktivierung von Wahrnehmungen
3. Wahrnehmungsstörungen erkennen
4. Transfer in den Kita-Alltag
5. Selbstreflexion

Sehen, hören, fühlen... wahrnehmen ist tägliches to do und selbstverständlich im täglichen Kita-Arbeitstag. Doch welche Kanäle nutzen wir persönlich gerne, welcher ist unser Favorit und können wir ihn möglicherweise sinnvoll im Alltag einsetzen? Bei allen Störungen ist es nicht immer leicht, bei Sinnen zu sein. Darum beschäftigen wir uns in diesem Workshop aktiv mit der Wahrnehmung und den Wahrnehmungsstörungen. Ganz nebenbei werden Sie Möglichkeiten der Entspannung und Spielalternativen für den Kita-Alltag finden.

- Inhalt:**
- Wahrnehmungskanäle kennen und erkennen
 - Stärken der Wahrnehmung nutzen
 - Wahrnehmungsstörungen erkennen
 - Transfer in den Alltag
- Ziel:**
- Ressourcenaktivierung
 - Förderung der Handlungskompetenz
 - Stressreduktion
- Methodik:** Wissensvermittlung, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, praktische Übungen
- Teilnehmer:** Mitarbeitende*, Fachkräfte*
- Teilnehmerzahl:** maximal 18 Teilnehmende*
- Ort:** n.n. - Zeitumfang: 1 Tag



Gesprächsführung mit Eltern und Kindern Einfach miteinander reden

1. Kommunikationsmodelle
2. Aktives Zuhören
3. Umgang mit Kritik
4. Selbstreflexion

Im pädagogischen Berufsalltag sind Gespräche mit Kindern, Eltern oder Teammitgliedern ein fester Bestandteil. Gespräche finden nicht nur geplant in ruhiger Atmosphäre statt, sondern häufig auch ungeplant, zwischen Tür – und Angel. Es gilt, sich selber in der Kommunikation bewusst und sicher zu sein, um in allen Gesprächen professionell zu reagieren.

Grundlagen der Kommunikation werden in diesem Workshop ebenso berücksichtigt, wie das praktische Üben im Miteinander.

- Inhalt:**
- Kommunikationsmodelle
 - Gesprächsführung mit Eltern, Kindern, Kollegen//innen
 - Aktives Zuhören
 - Feedback geben
 - Umgang mit Kritik
 - Transfer in den Alltag
 - Selbstreflexion
- Ziel:**
- Stärkung der persönlichen Handlungskompetenzen
 - Sicherheit in der Gesprächsführung
 - Stressreduktion
- Methodik:** Wissensvermittlung, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, praktische Übungen
- Teilnehmer:** Mitarbeitende*, Fachkräfte*
- Teilnehmerzahl:** maximal 18 Teilnehmende*
- Ort:** n.n. - Zeitumfang: 1 Tag

Weitere Angebote in Planung!
Gern nehmen wir auch Ihre Wünsche auf und setzen diese um.
Bitte sprechen Sie uns an.

Manche Themen lassen sich bei Bedarf auch in 4 Stunden komprimieren.

Gesunde Ernährung – Kochen

Bei Interesse an einem der genannten Kurse wenden Sie sich bitte an:

Ursula Behrendt
0209 933117 18
ursula.behrendt@kefb.info

Gemeinsam Kochen mit Kindern macht Freude

Ran an die Kochlöffel

Gesund, lecker und günstig? Geht das? Kochen mit Produkten der Jahreszeit. Wir probieren es gemeinsam aus und kochen alltags-taugliche Gerichte.

Frühstück ist fertig

Ein gutes Frühstück ist gesund und macht gute Laune.

Vater/ Kind-Kochkurs

Wenn der Vater mit dem Sohne oder der Tochter den Kochlöffel schwingt, dann ist Stimmung und Spaß in der Küche.

In der Osterbäckerei

Hefehasen, Osterplätzchen und feine Muffins für die Ostertage

St. Martin oder Nikolaus

Brezel oder Stutenkerle selbst gemacht. Wir backen die herrlich, süßen, beliebten Hefefiguren in fröhlicher Runde

In der Weihnachtsbäckerei

Ein Duft zieht durch die Küche. Leckereien für den Plätzchenteller in der Weihnachtszeit.

Integration geht durch den Magen

Leckere Rezepte aus aller Herren Länder werden gemeinsam gekocht und gegessen. Denn mit dem Blick in fremde Töpfe nähern wir uns anderen Kulturen an und in großer Runde schmeckt es besonders gut.

Für Eltern Kindergeburtstag

Heute bereiten wir Cake-Pops aus Kuchen oder Kuchenkrümeln mit verschiedenen leckeren Frostings und liebevollen Dekorationen. Bei uns bekommen Sie die Tipps für die Geling-Garantie! Auch herzhaft Backideen, die Kindern gut schmecken, kommen heute nicht zu kurz.

Cupcakes und Muffin's

In diesem Kurs verraten wir Ihnen notwendige Backtechniken und Kniffe für die Herstellung von perfekten Cremes für tolle Cupcakes. Sie bekommen Anregungen und Tipps für super schöne Dekorationen. Zusätzlich bereiten wir leckere ausgefallene Muffins Rezepte zu.

Gerne überlegen wir mit Ihnen gemeinsam ein passgenaues Angebot für Ihre Einrichtung.

Alle Koch- und Backkurse 3 oder 4 UE buchbar, zusätzlich wird eine Lebensmittelumlage eingemeldet

Mindestteilnehmer*innenzahl nach Absprache.



Komm, lass uns miteinander reden

Sprach Café für Mütter/Väter

Deutsch verstehen ist nicht das Problem, aber sich untereinander in der deutschen Sprache austauschen schon. Die Teilnehmer*innen bestimmen die Gesprächsthemen selbst.

Kurstreffen: 2 x im Monat, 3 UE

Deutsch im Alltag

Deutsch lesen und schreiben für Alltagssituationen. Eigenes Schreiben von kleinen Mitteilungen, Notizen und Texten. Lesen kleiner Geschichten.

Kurs über 5-8 Treffen, jeweils 2 UE



Kreativität für Eltern und Kinder und für Erwachsene

Beispiele:

- Frühlingsgestecke
- Hyazinthen im Wachsmantel
- Herbstkranz binden
- Adventskranz binden
- ... Weitere Angebote auf Anfrage.



Bei Interesse an einem der genannten Kurse wenden Sie sich bitte an:

Ursula Behrendt
0209 933117-18
ursula.behrendt@kefb.info

Fitness und Entspannung

Bei Interesse an einem der genannten Kurse wenden Sie sich bitte an:

Elisabeth Küke
elisabeth.kueke@kefb.info

Ihre Eltern wünschen sich einen Bewegungs- oder Entspannungskurs über mehrere Wochen?

Sprechen Sie uns an, wir nehmen dann Kontakt zu den bei uns tätigen Kursleitungen auf.

Sie kennen jemanden, der Gesundheitskurse in Ihrer Einrichtung anbieten möchte?

Gerne dürfen Sie unsere Kontaktdaten weiterleiten.

Mögliche Themenbereiche für Eltern:

- Yoga
- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training
- Fitnessgymnastik
- Wirbelsäulengymnastik
- Pilates

etc. ...

wöchentliche Kurse oder Kurz Kurse sind möglich jeweils 60. Min.

Gerne überlegen wir mit Ihnen gemeinsam ein passgenaues Angebot für Ihre Einrichtung.



Nähkurse

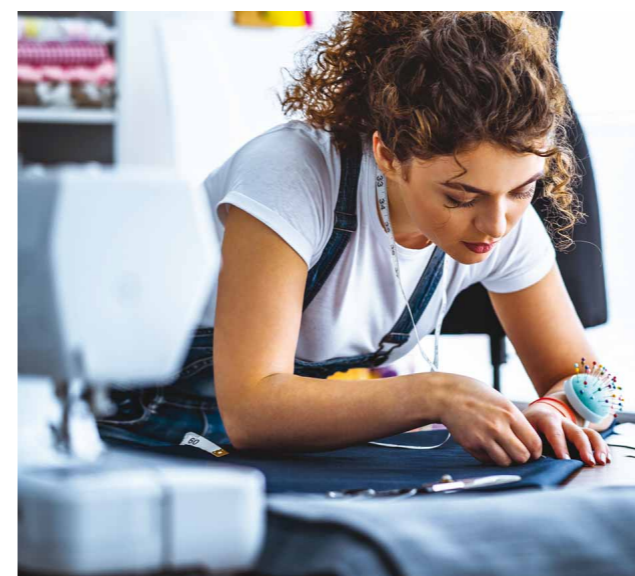
Nähkurse in Familienzentren erfreuen sich seit Jahren großer Beliebtheit und bieten neben dem Erlernen kreativer Nähfähigkeiten und der damit verbundenen Möglichkeit, die familiäre Garderobe aufzurüsten oder nachhaltig Änderungen vorzunehmen, Raum

für Austausch und Pflege sozialer Bindungen. Ganz nebenbei erfolgt oftmals unbemerkt der Erwerb von Deutschsprachkenntnissen in einer von verschiedenen Kulturen besuchten Gruppe in lockerer Atmosphäre.

Inhalte wie das Nähen kleiner Werkstücke oder Wohnaccessoires als auch das Flickern und Aufpeppen von (Kinder-) Kleidung werden im Vorfeld abgesprochen und den Wünschen vor Ort angepasst.

Was wir anbieten:

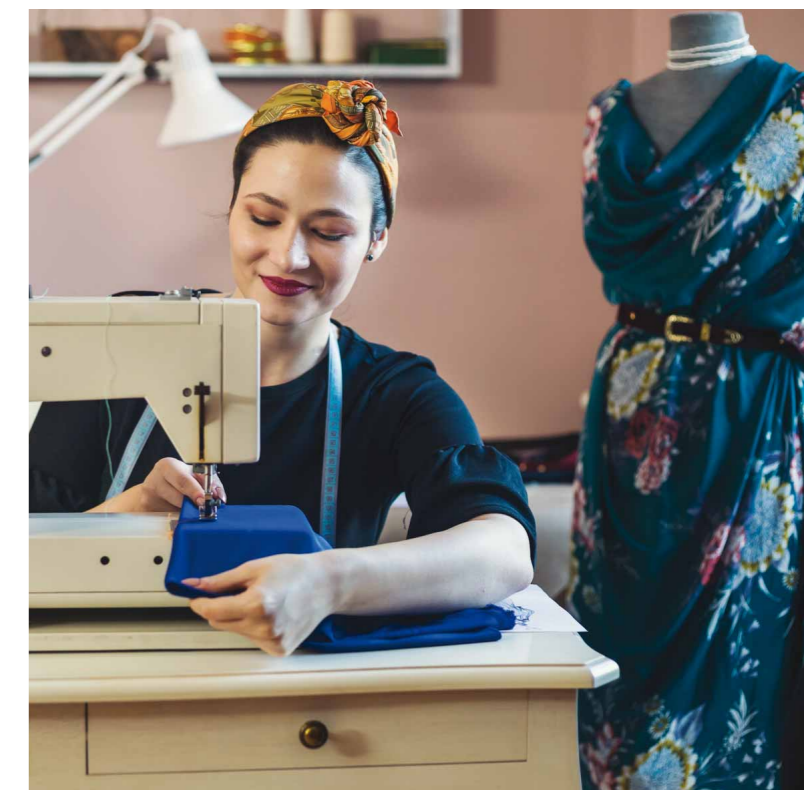
- Nähkurs im regelmäßigen, wöchentlichen Turnus (meist jeweils drei Zeitstunden) im Vor- oder Nachmittagsbereich
- ausgebildetes Fachpersonal
- Schnüren eines „Einsteigerpakets“ als auch regelmäßige Versorgung darüber hinaus (Beratung und Unterstützung bei Anschaffung von Maschinen, Vermittlung von Stoffpaketen und Zubehör etc.)
- Bügelbrett und Bügeleisen als Leihgabe im Kursraum
- Möglichkeit einer längerfristigen Bindung über ein Kursjahr hinaus



Unsere Nähkurse richten sich an alle Eltern, die Spaß an Kreativität in Gemeinschaft haben. Bevorzugt nähen die Teilnehmer*innen Kinderkleidung, jedoch unterstützen unsere Kursleitungen selbstverständlich auch gerne bei anderen Nähprojekten.

Bei Interesse an unseren Nähkursen wenden Sie sich bitte an:

Beate Kruschinski
0209 933117-12
beate.kruschinski@kefb.info



Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit!

Herzliche Grüße
Das Team der KEFB Gelsenkirchen

KEFB Gelsenkirchen
Helene Weber Haus
Westerholter Str. 10
45894 Gelsenkirchen
0209 933117 0
gelsenkirchen@kefb.info