

**TERMINE**  
Frühjahr 2008

**Vortrag und Seminar**  
**WIE SICH KINDER SCHLAU ESSEN KÖNNEN**

Gute Schulnoten haben nicht nur etwas mit Fleiß und gutem Willen zu tun, sondern auch mit Essen und Trinken. Wie die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit durch Lebensmittel und Getränke erhöht werden kann, wird in diesem Vortrag gezeigt.

**Inhalte des Seminars:**

- ...warum manche Kinder unruhig sind und sich schwer konzentrieren können
- ...wie Blutzuckerwerte und Konzentrationsfähigkeit zusammenhängen
- ...welche Bedeutung Nahrungsfette für die Gehirnfunktionen haben
- ...welchen Einfluss Lebensmittel-Zusatzstoffe auf das Verhalten von Kindern haben
- ...welche Lebensmittel die Nervenfunktionen unterstützen
- ...wie viele Vitamine und Mineralstoffe Kinder brauchen
- ...wie richtiges Essen und Trinken fit macht
- ...wie gesundes Essen kindgerecht wird

**Zielgruppe:** Eltern, Erziehende, Verantwortliche für Schul- und Kindergartenausspeisung, Kinder(sommer)betreuung, Tagesmütter und andere Interessierte  
**Zeit:** Fr 22.02.08 um 20.00 Uhr und Sa 23.02.08 von 14.00 - 16.00 Uhr  
**Ort:** St. Johann/Ahrntal, Mittelschule  
**Referentin:** Renate Frank, Ernährungswissenschaftlerin, Energieberaterin und geprüfte Pharmareferentin, Roseburg bei Hamburg (D)  
**Anmeldung/ Info:** Kath. Familienverband St. Johann, Gasteiger Rosmarie, Tel. 0474 671366 oder Bildungsweg Pustertal, Tel. 0474 530093, mail: familie@biwep.it

**Vortrag**  
**KINDER, FERNSEHEN, COMPUTERSPIEL UND HANDY**  
Ein vergnüglicher Vortragsabend zum bewussten Umgang mit Fernsehen, Computerspiel und Handy

**Vortragsinhalte:**

- Stellenwert in der Familie
- Wie und wodurch wirken Fernsehen/ Computerspiele?
- Nutzen und Gefahren durch Fernsehen, Computerspiel und Handys
- Was tun? Tipps zum Umgang

Dieser Vortrag mit Film- und Computerspielbeispielen will nicht "verteufeln", sondern Problematiken aber auch positive Möglichkeiten aufzeigen und Tipps aus der Praxis vermitteln. Die Dauer des Vortrags beträgt ungefähr 90 Minuten, anschließend gibt es Diskussionsmöglichkeit mit open end.

**Zeit:** Mi 13.02.08 um 19.30 Uhr  
**Ort:** Steinhaus/Ahrntal, Jugendtreff Aggregat  
**Referent:** Helmar Oberlechner, Medienpädagoge, Innsbruck (A)

**Workshop**  
**GENERATIONSKONFLIKT**  
einmal anders beleuchtet

Das Zusammenleben von Großeltern, Eltern, Kindern und Enkelkindern trübt oftmals den Alltag, wird als lästig erlebt und kostet Kraft. Es treffen unterschiedliche Anschauungen, Meinungen, Empfindungen vom Leben aufeinander. Bei Auseinandersetzungen verwenden wir oftmals eine Sprache, die Beleidigungen, Verurteilungen, Schuldzuweisungen, Abwertungen und Vergleiche beinhaltet. Diese Art der Kommunikation erzeugt Abstand. Manche Menschen ziehen sich zurück, andere reagieren zornig und werden laut. In diesem Workshop erhalten die TeilnehmerInnen Anregungen mit Konflikten dieser Art besser umgehen zu können.

**Zeit:** Di 08.04.08 um 20.00 Uhr  
**Ort:** St. Jakob/Ahrntal, Haus am Bühel  
**Referentin:** Eugenie Barts, Kommunikationstrainerin und Mediatorin, Kiens  
**Anmeldung/ Info:** Kath. Familienverband St. Jakob, Tasser Steiner Sigried, Tel. 0474 652044 oder Bildungsweg Pustertal, Tel. 0474 530093, mail: familie@biwep.it (begrenzte Teilnehmeranzahl)

**Vortrag**  
**PUBERTÄT UND DIE LUST AM RISIKO**

**No risk - no fun!**

Was bewegt Jugendliche, den Kick zu suchen und Grenzen zu überschreiten? Worin liegt die Faszination von Grenzerfahrungen verschiedenster Art (Sport, Straßenverkehr, Alkohol- und Drogenkonsum...)?

Der Vortrag gibt Einblick in jugendliche Lebenswelten und vermittelt den Eltern wie sie angemessen und kompetent reagieren können.

**Zielgruppe:** Eltern von Jugendlichen  
**Zeit:** Mo 21.04.07 um 20.00 Uhr  
**Ort:** Luttach/Ahrntal, Aula der Grundschule  
**Referent:** Peter Koler, Pädagoge, Psychologe, Leiter des Forum Prävention, Bozen

**Familienzeit**  
Familienbildung im Ahrntal

**Eine Initiative von:**

Bildungsausschuss St. Johann, Bildungsausschuss Steinhaus, Bildungsausschuss Weissenbach, Kath. Familienverband St. Johann, Kath. Familienverband St. Jakob, Kath. Familienverband Steinhaus, Kath. Familienverband Luttach, Kath. Familienverband Weissenbach, unterstützt von Bildungsweg Pustertal

**TERMINE**  
Herbst 2007  
Frühjahr 2008



TERMINE  
Herbst 2007

# Familienzeit

## Familienbildung im Ahrntal

Familienpolitik in der Gemeinde ist auch eine Angelegenheit der Familien selbst. Vorhandene Ressourcen in Vereinen, Initiativen, Einrichtungen werden eingebunden und die Menschen eingeladen, sich an Gestaltung und Umsetzung der örtlichen Familienpolitik zu beteiligen.

Hermann Niederkofler, Bildungsausschuss St. Johann/Ahrntal

### Vortrag WIE VIEL VATER BRAUCHT EIN KIND?

Die Bedeutung des Vaters für das Kind und die Entwicklung seines Männerbildes hängen von verschiedenen Faktoren ab. Für Kind und Vater ist es wichtig, ihre Beziehung zu leben. Es kommt aber mehr auf die Qualität der Beziehung an als auf die effektiv miteinander verbrachte Zeit. Beispielsweise wird die Haltung des Heranwachsenden stark durch das mütterliche Männerbild geprägt. Wie spricht die Mutter mit dem Kind über dessen leiblichen Vater? Je lebendiger das innere Bild des Kindes über den (fehlenden) Vater ist, umso günstiger wirkt sich das auf die weitere Entwicklung des Kindes aus.

- Themen des Abends werden sein:**
- Die Rolle des Vaters in der Entwicklung des Kindes
  - Die Rolle des Vaters in der heutigen Gesellschaft
  - Wenn der Vater fehlt - Welche Lösungen haben Kinder/ Jugendliche dafür und was können Erwachsene tun, damit das Fehlen des Vaters bewältigt werden kann?
  - Wie kann ich als Vater Beruf und Familie gut vereinbaren?

**Zielgruppe:** Väter, Mütter und andere Erziehende  
**Zeit:** Di 02.10.07, 20.00 Uhr  
**Ort:** St. Johann/Ahrntal, Mittelschule  
**Referent:** Peter Stanger, Sozialpädagoge, Kinder-, Jugend- und Erziehungsberater und Vätergruppenleiter, Innsbruck (A)

### Vortrag KINDER FÜR DAS LEBEN STÄRKEN

Wer mit Kindern zusammenlebt, möchte mit ihnen eine Beziehung aufbauen, die auf Vertrauen und Respekt basiert, um sie so auf das Leben vorzubereiten. Aufmerksam und achtsam die Signale der Kinder verstehen und darauf reagieren sind Voraussetzungen dafür. An diesem Abend wird anhand von Beispielen aus der Arbeit von Emmi Pikler, M. Montessori, E. Hengstenberg, R. und M. Wild u.a. ein achtsamer, nicht direkter Umgang mit Kindern vorgestellt. Der Ansatz dieser Pädagogen kann jungen und zukünftigen Eltern einen Weg eröffnen, von Anfang an eine gute Beziehung zu ihren Kindern aufzubauen und sie in ihrem Entwicklungsprozess zu unterstützen. So können sich Kinder zu selbständigen und verantwortungsvollen Erwachsenen entwickeln.

**Zeit:** Di 09.10.07, 20.00 Uhr  
**Ort:** Luttach/ Ahrntal, Aula der Grundschule  
**Referentin:** Ulrike Obermair, Sozialpädagogin und pädagogische Beraterin für Eltern, Reischach

### Gruppe KINDER FÜR DAS LEBEN STÄRKEN

Die Gruppe beschäftigt sich mit den Schwerpunkten nicht direkter Pädagogik beispielsweise nach E. Pikler, E. Hengstenberg, M. Montessori, R. und M. Wild, L. Valentin u.a. Dabei steht das von diesen Pädagogen geprägte Bild des Kindes zur Diskussion und seine Umsetzbarkeit in der Familie.

- Schwerpunkt Pflege – Miteinander vertraut werden**
- achtsame Sprache
  - Respekt für die senso-motorische Interaktion des Kindes nach eigenem Rhythmus
  - angemessene Qualität der Beziehung während der Pflege (wickeln, baden, ankleiden...)
- Schwerpunkt Spiel – Bewegung**
- freies und ungestörtes Spiel in einer geschützten Umgebung
  - Bewegungsentwicklung, die das Kind aus eigenem Antrieb und nach eigenem Rhythmus macht, ohne die lenkenden und beschleunigenden Eingriffe des Erwachsenen

**Zielgruppe:** Eltern von Säuglingen, Kleinkindern und Grundschulkindern  
**Zeit:** Sa 20.10., 10.11. und 24.11.07 jeweils von 08.30 – 11.00 Uhr  
**Ort:** Luttach/ Ahrntal, Raum für soziale Verbände beim Sporthaus  
**Referentin:** Ulrike Obermair, Sozialpädagogin, pädagogische Beraterin für Eltern, Reischach  
**Gebühr:** 30 €  
**Anmeldung/ Info:** KFS Luttach, Untergasser Theresia, Tel. 0474 671263 oder KFS Weissenbach, Kirchlher Waltraud, Tel. 0474 680059 oder Bildungsweg Pustertal, Tel. 0474 530093, mail: familie@biwep.it

### Vortrag ANGST, EINE ERKRANKUNG UNSERER ZEIT

**Vorbeugungsmöglichkeiten und Behandlungen**  
Angststörungen haben in den letzten Jahrzehnten an Häufigkeit deutlich zugenommen. Welche Gründe gibt es dafür, woran erkennt man eine Angststörung, wie unterscheiden sich alltägliche Ängste und Angst als natürliche Reaktion auf Gefahren von Angsterkrankungen? Diese Fragen werden im Vortrag behandelt. Gleichzeitig soll auf die Möglichkeit hingewiesen werden, wie man die Angstsymptome selbst richtig erkennen und einordnen kann, wie man die Angst vor der Angst verlieren kann und welche Behandlungsformen für den Einzelnen besonders hilfreich sind.

**Zeit:** Mi 24.10.07, 20.00 Uhr  
**Ort:** St. Johann/Ahrntal, Mittelschule  
**Referent:** Helmuth Zingerle, Klinischer Psychologe, Psychotherapeut und Direktor des Therapiezentrum Bad Bachgart  
**Veranstalter:** Sprengelbeirat Tauferer Ahrntal

### Vortrag KINDER BRAUCHEN GRENZEN

**Grenzen setzen – statt verletzen**  
Die Beachtung der eigenen Grenzen sowie die anderer ist Ausdruck gegenseitiger Wertschätzung und Achtung. Sie bieten Halt, Orientierung und geben Sicherheit. Voraussetzung für Klarheit im Kontakt zu anderen ist unsere Sensibilität für Grenzen und Grenzüberschreitungen. Grenzen sind individuell sehr unterschiedlich und verändern sich je nach Lebenssituation und Lebensalter.

- An diesem Abend wird anhand konkreter Beispiele auf folgende Fragen eingegangen:**
- Wie können Eltern, Erziehende und Lehrpersonen entschiedener, gefühlsmäßig überzeugter und mit einer deutlicheren Eigenverantwortlichkeit Grenzen setzen?
  - Wie kann konsequent gehandelt werden? Wo liegen häufig die Fallen? Wie kann zu Kindern eine Beziehung aufgebaut werden, die mehr Gefühl, Spontaneität zulässt, die dem „Mut zur Unvollkommenheit“ und einem „Aus dem Bauch heraus handeln“ mehr Rechnung trägt?

**Zielgruppe:** Eltern, Lehrpersonen und Erziehende  
**Zeit:** Di 06.11.07, 20.00 Uhr  
**Ort:** St. Johann/Ahrntal, Mittelschule  
**Referent:** Erich Daum, Psychotherapeut, Klobenstein/Ritten

### Freizeit RODELSPASS FÜR VÄTER UND KINDER

Väter und Kinder starten bei der Rodelbahn in Weissenbach und wandern gemeinsam zur Maregger Hütte. Dort erwartet sie ein vergnügliches Beisammensein mit verschiedenen Spielen und einem gemeinsamen Abendessen. Im Beitrag von 6,50 € für Kinder und 7,50 € für Erwachsene sind ein Essen, ein Getränk und die Rodel für die Abfahrt inkludiert. P.S. Stirlampen nicht vergessen!!

**Zielgruppe:** Väter und Kinder  
**Zeit:** Sa 12.01.08, 16.00 Uhr  
**Ort:** Weissenbach/Ahrntal, Rodelbahn  
**Anmeldung/Info:** Kath. Familienverband Weissenbach, Kirchlher Waltraud, Tel. 0474 680059

# Familienzeit

## Familienbildung im Ahrntal

**Eine Initiative von:**  
Bildungsausschuss St. Johann, Bildungsausschuss Steinhaus, Bildungsausschuss Weissenbach, Kath. Familienverband St. Johann, Kath. Familienverband St. Jakob, Kath. Familienverband Steinhaus, Kath. Familienverband Luttach, Kath. Familienverband Weissenbach, unterstützt von Bildungsweg Pustertal

**Impressum:**  
Verantwortlicher Herausgeber: Bildungsausschüsse und Ortsgruppen des Kat. Familienverbandes Ahrntal, unterstützt vom Bildungsweg Pustertal  
Grafisches Konzept: EG&AL GRAPHICS Bruneck  
Druck: Kraler Druck, Brixen