

Vortrag MENSCH BLEIBEN IN DER PFLEGE

Wie achten Familien, die Angehörige pflegen, auf sich selber?
Welche Entlastungen gibt es?

Familien, die Angehörige zu Hause pflegen, stellen sich großen Herausforderungen. Neben der Organisation der Pflege selbst lastet die Verantwortung durch die erforderliche ständige Präsenz und durch die Rolle des stetigen Gebens. Ein großer Einschnitt in das Familienleben, der viel Achtsamkeit sich selbst gegenüber erfordert. Denn dem Anderen zu geben, darf nicht bedeuten, sich selbst aufzugeben. Was kommt bei einer Pflege auf eine Familie zu? Wie kann man seinen Alltag anpassen? Wo holt man sich Hilfe? Was kann entlasten? Wie begleitet man Menschen respektvoll in dieser späten Lebensphase? Wie kann man sich darauf vorbereiten? Diese Fragen sollen beim Vortrag diskutiert und beantwortet werden.

Zeit: Mi 03.11.10, 20.00 Uhr
Ort: Lutttach, Grundschule

Referent: Anton Huber, Familientherapeut, Psychologe, Kiens

Workshop PAPI SPIELT MIT! Spielesachmittag für Väter mit ihren Kindern

Ein ganz besonderer Spielesachmittag für Kinder mit ihrem Papi. Spiele, die mal laut, mal leise, mal schnell und mal langsam sind. Ballspiele, Laufspiele, Sing- und Schreispiele, um sich mal ordentlich auszutoben und gemeinsam Spaß zu haben. Spielideen für zu Hause und für den nächsten Regentag stehen genauso auf dem Programm wie Spiele mit wenig Materialaufwand.

Zielgruppe: Väter mit ihren Kindern von 5 bis 10 Jahren
Zeit: Sa 13.11.10, von 14.30 bis 17.30 Uhr
Ort: St. Johann, Turnhalle der Mittelschule
Referentin: Anna Egger, Spielpädagogin, Mitarbeiterin der Arbeitsgemeinschaft Südtiroler Schülerheime, Montan
Gebühr: 10 € für das 1. Kind, 5 € für das 2. Kind
Anmeldung: ELKI Ahrntal, Sabine Eder, Tel. 340 599 8767, oder BIWEP Tel. 0474 530 093, e-mail: familie@biwep.it

BEGLEITENDE GESPRÄCHSRUNDE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Zeit: Januar bis Juni 2011, 1 mal im Monat, von 15.00 bis 17.00 Uhr
1. Treffen: Di 18.01.11, 15.00 Uhr
Ort: Sand in Taufers, Sozialsprengel Tauferer-Ahrntal, Seminarraum
Anmeldung: Sozialsprengel Tauferer-Ahrntal, Tel. 0474 678 008

Vortrag KRAFTQUELLEN IM ELTERNALLTAG

Elternsein heute erfordert manchmal einen großen Spagat zwischen höchst unterschiedlichen Anforderungen. Die vielen Ansprüche, die sowohl von außen an Eltern herangetragen werden, als auch der eigene Perfektionsanspruch erschweren allzu häufig den Alltag mit dem Kind. Das Phantom der perfekten Eltern geistert als Trugbild in den Köpfen umher, ein Stück Leichtigkeit geht dadurch verloren. Eltern verlieren dabei aus den Augen, was sie in ihrem Alltag stärken und unterstützen kann. Diese Kraftquellen wieder zu erkennen und bewusst in den Elternalltag zu integrieren, ist eine große Ressource in der Bewältigung von Alltagssituationen und Thema dieses Vortrags.

Zeit: Mi 17.11.10, 20.00 Uhr

Ort: St. Jakob, Haus am Bühel

Referentin: Barbara Walcher, Kinderkrankenpflegerin, Fachberaterin für Emotionale Erste Hilfe, Freienfeld

Vortrag und Workshop STÖRENDE KINDER - auffällig oder doch alles ganz „normal“?

„Nein, ich will nicht, nein, ich mag nicht ...“ - diese Sätze kennen wir alle von unseren Kindern. Doch ist das Kind deshalb schon „auffällig“, „gestört“ oder gar „hyperaktiv“? In diesem Vortrag und anschließendem Workshop soll es darum gehen, diese Begriffe zu klären und frühzeitig Signale erkennen zu lernen. Es werden Strategien vermittelt, um mit herausfordernden Kindern einen angenehmeren Alltag erleben zu können. Auch werden Wege aufgezeigt, wie man sich als Eltern auch mal selbst was Gutes tun kann.

Zeit Vortrag: Mi 02.02.11, 20.00 Uhr

Zeit Workshop: Mi 09.02.11, von 20.00 bis 22.00 Uhr

Ort: St. Peter, Grundschule

Referentinnen: Nadja Steger, Psychologin, Lutttach; Barbara Strobl, Psychologin, Toblach

Anmeldung Workshop: KFS St. Peter, Manuela Brugger, Tel. 0474 650 301, oder BIWEP Tel. 0474 530 093, e-mail: familie@biwep.it

Beide Veranstaltungen können unabhängig voneinander besucht werden.

DEN RÜCKEN SCHONEN – HEBETECHNIKEN

Übungsnachmittag für pflegende Angehörige

Zeit: Do 10.02.11, von 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: St. Johann, Altersheim Georgianum, Seniorenraum im Tiefparterre

Anmeldung: Sozialsprengel Tauferer-Ahrntal, Tel. 0474 678 008

Eltern-Kind-Gruppe SCHRITTWEISE ZUM LERNERFOLG

Ein Weg vom Urvertrauen zum Selbstvertrauen und zur Lebenskompetenz

Im Workshop erlernen Eltern und Kinder das Bewegungsprogramm der Evolutionspädagogik®. Eine Hilfe, die Eigenwahrnehmung zu intensivieren und die Erweiterung eigener Kompetenzen zu erfahren. Zum Beispiel neugierig auf Unbekanntes zugehen und Kraft und Energie richtig einsetzen. Ein Gefühl für Geschwindigkeit und den richtigen Zeitpunkt bekommen. Individualität leben und sich doch einbinden können in die Gruppe. In schwierigen Situationen den Überblick behalten. Erziehenden wird ein Schlüssel in die Hand gegeben, das Verhalten und die „Sprache“ ihrer Kinder besser zu verstehen und tiefer zu begreifen. Denn je besser man einander versteht, desto größer sind die Möglichkeiten, sich zu unterstützen.

Das Entdecken eigener Fähigkeiten ermöglicht ein inneres Gleichgewicht zu schaffen und macht den Weg über Ur- und Selbstvertrauen zum erfolgreichen Leben und Lernen frei. Ausgewählte Lerntechniken zum besseren Aufnehmen, Organisieren, Verknüpfen und Merken von Wissen werden eingeübt und ausprobiert.

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern im Grundschulalter

Zeit: Sa 26.02.11, von 14.30 bis 17.30 Uhr

Ort: St. Johann, Mensa in der Mittelschule

Referentin: Martha Profanter Pramsohler, Lernberaterin und Coach, Sterzing
Gebühr: 20 €

Anmeldung: KFS St. Johann, Rosmarie Gasteiger, Tel. 0474 671 366, oder BIWEP Tel. 0474 530 093, e-mail: familie@biwep.it

Vortrag STERBEN, EINE ZEIT DES LEBENS

Vom Umgang mit schwerkranken, sterbenden und trauernden Menschen

Sterben, Tod und Trauer sind Themen, die in der Gesellschaft oft an den Rand gedrängt werden. Sterbende sowie trauernde Menschen fühlen sich oft allein gelassen und isoliert. Umstehende erleben sich selbst als hilflos und ohnmächtig. Sterben bedeutet Abschied nehmen.

Die kleinen Tode, welche Menschen in der Zeit der Krankheit tagtäglich sterben, lösen beim Sterbenden und auch bei seinen Angehörigen Reaktionen der Trauer und Machtlosigkeit aus. Gerade dann, wenn angeblich nichts mehr zu machen ist, gibt es viel zu tun. Das heißt, die Lebensqualität und Würde des Sterbenden rückt in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. Der Vortrag rückt dieses Randthema in den Mittelpunkt und gibt Möglichkeiten für Fragen und Diskussion.

Zeit: Mi 16.03.11, 20.00 Uhr

Ort: Steinhaus, Alte Volksschule

Referent: Günther Rederlechner, Leiter der Caritas-Hospizbewegung, Sand in Taufers

ELTERNSCHULE: „TROTZ LASS NACH!“

Unser Kind von 2 bis 5 Jahren

Zeit: ab Mi 16.03.11, 5 Abende jeweils Mi 20.00 Uhr

Ort: Steinhaus, Eltern-Kind-Zentrum im Pfisterhaus
Anmeldung: ELKI Ahrntal, Edith Furggler, Tel. 348 706 3139

Lesung MICHILE MACHILE

Ein Wiegenlied, ein Abzählreim oder eine alte Volksweisheit – ein Stück Kindheit. Von Generation zu Generation wurden Kinderreime stets mündlich weitergegeben. Mundartreime sind ein wesentlicher Teil unserer Kindheit und somit unserer Identität. Leider kennen heute viele junge Eltern diese Sprüche nicht mehr, erinnern sich aber gerne daran, wie Oma oder Opa sie ihnen vorgesprochen oder vorgesungen haben.

Um dieses Kulturgut und die Geschichten unserer Vorfahren am Leben zu erhalten, hat die Referentin mehr und auch weniger bekannte Reime aus ganz Südtirol gesammelt und sie als Hörbuch herausgegeben. Die Autorin geht in ihrer Lesung auf eine Reise durch die Welt der Kinderreime. Es gibt viel zum Mitmachen, zum Lachen und zum Spielen. Hier sind Groß und Klein willkommen!

Michile Machile, prunz ins Kachile

s Kachile rinnt, s Michile stinkt.

Zeit: Mi 13.04.11, 15.00 Uhr

Ort: St. Johann, Öffentliche Bibliothek

Referentin: Michaela Falkensteiner, Journalistin, Autorin „Michile Machile“, St. Sigmund

Vortrag WEIL DU MIR WICHTIG BIST, WILL ICH MIT DIR REDEN

Was Kommunikation für Ihre Partnerschaft bedeutet

Menschen sehnen sich nach Liebe und Partnerschaft, nach einer guten gemeinsamen Zeit.

Viele Paare unterschätzen die Bedeutung, die die Kommunikation für eine zufriedene stehende Beziehung hat. Miteinander zu reden, ist ein Grundpfeiler jeder Partnerschaft. Viele Paare nehmen es als völlig selbstverständlich hin, dass sie in ihrer Ehe oder Beziehung miteinander reden und machen sich keine großartigen Gedanken darüber. Wenn sie aber nicht genügend Sorgfalt darauf verwenden und die Kommunikation mit ihrem Partner pflegen, werden sie sich möglicherweise bald nicht mehr viel zu sagen haben und entfremden. Kommunikation ist mehr als Informationsaustausch. Es bedeutet, den anderen/ die andere am eigenen Lebensalltag teilhaben zu lassen, Freud und Leid, Hoffnung und Visionen miteinander teilen.

Der Vortrag gibt Paaren die Möglichkeit, ihre Situation zu reflektieren und sich auf einen Prozess einzulassen, in dem es möglich wird, miteinander neue Formen der Kommunikation auszuprobieren.

Zeit: Do 05.05.11, 20.00 Uhr

Ort: St. Jakob, Haus am Bühel

Referent: Toni Fiung, Familienseelsorger, Ehe- und Familienberater, Bozen

Familienzeit

Familienbildung im Ahrntal

Eine Initiative von:

Bildungsausschüsse St. Johann, Steinhaus und Weißenbach, Kath. Familienverband St. Johann, St. Jakob, Steinhaus, Lutttach, Weißenbach und St. Peter, Sozialsprengel Tauferer-Ahrntal, Elternrat Schulsprengel Ahrntal, Eltern-Kind-Zentrum (ELKI) Ahrntal, Gesamtkoordination: BIWEP - Bildungsweg Pustertal

TERMINE
Herbst 2010
Frühjahr 2011



Zeit für Familien!

In der diesjährigen Veranstaltungsreihe "Familienzeit" haben die Institutionen und Vereine der Gemeinde Ahrntal wieder ein abwechslungsreiches und interessantes Programm auf die Beine gestellt. Im Vordergrund steht die Kommunikation und Beziehung in der Familie. Wie gehen wir achtsam miteinander um? Wie können wir unsere eigenen Wünsche und Bedürfnisse verwirklichen, ohne mit Ellbogen durch die Welt zu gehen? Wie begleiten wir unsere Kinder auf dem Weg in die Selbständigkeit? Wo gibt es Unterstützung von außen, wenn man innerhalb der Familie mal nicht mehr weiter weiß? Diese und viele andere Fragen greifen zahlreiche Vorträge, Seminare und Workshops auf. Von der Heilkraft der Berührung mit Hilfe von naturheilkundlichen Wickeln, über Vorträge zur Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg, einer Eltern-Kind-Gruppe zur Stärkung von Lernkompetenzen bis hin zu alten Kinderreimen, die neu aufbereitet auch für die neuen Generationen erhalten bleiben, ist für Jung und Alt, für Groß und Klein etwas dabei. Nehmen wir uns Familienzeit, können wir gemeinsam jede Menge erlebnisreiche Erfahrungen machen. Wir freuen uns auf Sie!

Gesamtkoordination

Bildungsausschuss St. Johann

BIWEP – Bildungsweg Pustertal

Hermann Niederkofler

Irmgard Pörnbacher

Sprechstunde MUTTER WERDEN – MUTTER SEIN

Fragen zum Thema Schwangerschaft, Geburt und Babypflege? Das Eltern-Kind-Zentrum Ahrntal bietet für seine Mitglieder die Möglichkeit zum Austausch. Im Rahmen der Schwangerenvorsorge, der Neugeborenenuntersuchung, der Kontrolle von Rückbildungsvorgängen und Wundheilung sowie für die Themen Stillen/ Ernährung und Babypflege steht die Hebamme im Einzelgespräch mit Rat und Tat zur Seite. Sie gibt Ratschläge bei schwangerschafts- bzw. geburtsbedingten Veränderungen und Beschwerden und ist Ansprechpartner für alle weiteren Fragen, Unsicherheiten und Ängste rund ums Mutter werden und Mutter sein.

Zeit: September, November, Dezember, Januar jeweils jeden 1. und 3. Montag im Monat von 17.00 bis 18.00 Uhr. Oktober nach Vereinbarung

Ort: Steinhaus, Eltern-Kind-Zentrum im Pfisterhaus

Leitung: Evi Reichegger, Hebamme, Mühlen in Taufers, Tel. 347 674 3709

Gruppe ACHTSAME UND EINFÜHLENDE KOMMUNIKATION IN DER FAMILIE Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Mit der Elterngruppe werden mit Hilfe der gängigen Theorien und Forschungen die Wertehaltungen unserer Gesellschaft, unser Umgang miteinander und vor allem die Kommunikationsmuster im Alltag und bei Konflikten näher beleuchtet und bearbeitet. Was verbirgt sich hinter dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation? Wie funktionieren Beobachtung und Bewertung, wie erkenne ich meine eigenen Bedürfnisse und die der anderen? Was sind Kriterien für ein „ausichtsreiches Bitten“, wie kann ich einen achtsamen Umgang mit den anderen, aber auch mit mir selbst erlernen? Fragen, die in dieser Gruppe aufgeworfen und gemeinsam beantwortet werden.

Zeit: Di 28.09., 05.10.10, jeweils von 19.00 bis 22.00 Uhr

Ort: St. Peter, Grundschule

Referentin: Paula Maria Ladstätter, Trainerin der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Juristin, Barbian

Gebühr: 40 €

Anmeldung: KFS St. Peter, Anita Strauß, Tel. 348 583 3559, oder BIWEP Tel. 0474 530 093, e-mail: familie@biwep.it

Vortrag

FLUGVERSUCHE - Wie wir Kinder in die Selbständigkeit begleiten können

Die Pubertät ist eine Zeit inneren und äußeren Umbruchs für unsere Kinder und für die ganze Familie. Dieser Abschnitt im Leben der Kinder hält jede Menge Herausforderungen bereit - für Eltern und die Heranwachsenden. Die Jugendlichen lernen ungeahnte Möglichkeiten und den Umgang damit kennen. Auf Elternseite drängen sich jede Menge Sorgen und Ängste in den Vordergrund: Alkohol, Drogen, Gewalt sind nur einige extreme Risiken, die die große Welt der Freiheit bereithält. Der Vortrag geht vor allem auf die Bedeutung einer gesprächsbereiten Familienkultur ein. Denn das Gespräch schafft Beziehung. Und Beziehung - wenn auch spannungsgeladen - ist der beste Begleiter in dieser bewegenden Lebensphase.

Zeit: Do 07.10.10, 20.00 Uhr

Ort: Weißenbach, Grundschule

Referent: Gerald Koller, Entwickler und focal point von „risflecting: Rausch- und Risikopädagogik“, Steyr (A)

Gesprächsrunde ... UND DANN WAR DIE WIEGE LEER

Fehlgeburten oder tot geborene Kinder sind ein Thema, das wir gemeinhin meiden und verdrängen. Die Betroffenen belastet dieses gesellschaftliche Schweigen oft sehr: Sie müssen einerseits mit der eigenen Trauer umgehen und diese gleichzeitig verstecken. In der Gesprächsrunde geht es darum, über unsere Erfahrungen ganz offen zu sprechen. Die Referentin, selbst Mutter von zwei verstorbenen Kindern, hat sich fachlich und persönlich mit dem Thema intensiv auseinandergesetzt und möchte für betroffene Eltern eine Hilfe sein.

Zeit: Mi 13.10.10, 20.00 Uhr

Ort: Steinhaus, Eltern-Kind-Zentrum im Pfisterhaus

Referentin: Helga Seebacher, Psychologin, betroffene Mutter, Vintl

Info: ELKI Ahrntal, Verena Hainz, Tel. 349 224 0733

Gruppe

ACHTSAME UND EINFÜHLENDE KOMMUNIKATION IN DER FAMILIE

Wir üben die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

In unserem alltäglichen Sprachgebrauch sind Schuldzuweisungen, Kritik und Negativbewertungen an der Tagesordnung. Dass diese für einen Gesprächsverlauf schwerwiegende Folgen haben können, liegt auf der Hand. Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation hilft diese oft unbewusst angewandten Sprachmuster aufzudecken. In der Gruppe üben wir die Aufmerksamkeit und Achtsamkeit in schwierigen Gesprächssituationen. Damit werden zwischenmenschliche Beziehungen gefördert. Es wird Raum geschaffen für Lösungen, die für alle Beteiligten von Vorteil sind.

In den Abendeinheiten wird mit Einzel- und Gruppenübungen sowie Rollenspielen gearbeitet. Dabei wird die Reflexion persönlich erlebter Konfliktsituationen und praxisnahes Lernen ermöglicht.

Voraussetzung ist die Teilnahme an der Gruppe „Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation“

Zeit: Di 19.10., Mi 03.11., Di 16.11.10, jeweils von 19.00 bis 22.00 Uhr

Ort: St. Peter, Grundschule

Referentin: Paula Maria Ladstätter, Trainerin der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Juristin, Barbian

Gebühr: 55 €

Anmeldung: KFS St. Peter, Anita Strauß, Tel. 348 583 3559, oder BIWEP Tel. 0474 530 093, e-mail: familie@biwep.it

Workshop HEILSAME WICKEL UND AUFLAGEN

Wenn ein Kind Fieber hat, legen wir die Hand auf die Stirn. Hat es Bauchschmerzen, legen wir einen warmen Umschlag auf. Das, was oftmals intuitiv geschieht, wurde mittlerweile in zahlreichen Studien bestätigt: Die liebevolle Berührung ist Heilung und Kommunikation. Die Eltern-Kind-Beziehung wird gefestigt. Kombiniert mit dem Wissen um altbewährte Hausmittel unterstützt die Berührung den Selbstheilungsprozess: Bei leichten Erkrankungen sind so Wickel und Auflagen eine wunderbare Möglichkeit, gesundheitliche Störungen auf natürliche Weise durchzustehen und sich intensiv dem Kind zu widmen. In dem Seminar werden Wickel und Auflagen (z.B. Zwiebelauflage bei Ohrenschmerzen, fiebersenkende Wickel, Kartoffelauflage bei Muskelverspannungen) vorgestellt und deren Anwendung praktisch vorgeführt.

Zeit: Sa 23.10.10, von 15.00 bis 17.00 Uhr

Ort: St. Peter, Grundschule

Referentin: Elisabeth Gamper Thaler, Krankenpflegerin, Brixen

Gebühr: 5 €

Familienzeit

Familienbildung im Ahrntal

Impressum:

Verantwortlicher Herausgeber: Bildungsausschüsse der Gemeinde Ahrntal, unterstützt von BIWEP – Bildungsweg Pustertal
Grafisches Konzept: EG&AL GRAPHICS Bruneck
Druck: Kraler Druck, Brixen



SPARKASSE
CASSA DI RISPARMIO

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE

Abteilung 24
Familie und Sozialwesen

Ripartizione 24
Famiglia e politiche sociali