



**Beate Brunst-Sprenger** ist Musiklehrerin und weiß, „Musizieren hilft in allen Lebenslagen und macht Spaß!“ Deshalb leitet sie seit über 25 Jahren Blockflötenkurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. | 135 – 144, 201



Der gelernte Tischler und Handwerksdesigner **Peter Freund** leitet seit Sommer 2018 die Holzwerkstatt „Wir jungen Alten“ der Caritas. Mit Freude zeigt er, was es bedeutet, mit Kopf, Herz und Hand etwas aus Holz zu bauen. | 170, 172



**Monika Goldbach**, Erzieherin, Sozialpädagogin, Mutter und Oma von sieben Enkelkindern, ist seit 20 Jahren begeistert vom Modell Kess-erziehen. Zu diesem Thema bietet sie mit uns Online-Kurse an. | 190, 191



„Die wahre Lebensweisheit besteht“, laut Pearl S. Buck, „darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.“ Dipl.-Sozialpädagogin **Sabina Klein** sieht es in ihren 7 Kindern und beantwortet seit über 30 Jahren Erziehungsfragen. | 180



**Franziska Lederer** ist Heilpraktikerin für Psychotherapie und weiß, dass Kommunikation das A und O für ein wertschätzendes Miteinander ist. Seit 2018 gibt sie kesse Erziehungstipps und seit diesem Jahr auch online bei uns. | 192



# gemeinsam wachsen

„DREI DINGE SIND UNS AUS DEM  
PARADIES GEBLIEBEN: DIE STERNE  
DER NACHT, DIE BLUMEN DES TAGES  
UND DIE AUGEN DER KINDER“

Dante Alighieri



Grundschullehrerin **Kerstin Schnitger** leitet seit 2013 Eltern-Kind-Kurse bei uns und weiß ebenso wie Henry David Thoreau: „Kinder brauchen Liebe – besonders, wenn sie sie nicht verdienen.“ | 100 – 105, 110 – 119, 122 – 123

**Lia Schulze** bietet schon seit mehreren Jahren Sport für Kinder und Jugendliche an. 2021 absolvierte sie eine Übungsleiterlizenz, um ihre Kenntnisse zu erweitern. 2022 startete sie mit ihrem Angebot bei uns. | 120 – 121



Waldorf-Erzieherin und Heilpädagogin **Beate Stein-Gangler** möchte, dass jedes Kind mit Freude und offenem Interesse die Welt entdecken und erfahren kann, um so eigene Vorlieben und Fähigkeiten zu entfalten. | 110 – 119

**Gertrud Weyhofen** ist Dozentin für Elementare Musikpädagogik und Hauptfach Mandoline an der Musikakademie »Louis Spohr«. Dort leitet sie bereits seit Jahren Kinderkurse, bei uns startet sie 2022. | 133 – 134



## Im ersten Lebensjahr

### Eltern-Baby-Gruppe – für Eltern und Kinder bis 1 Jahr

Babys brauchen neben liebevoller Zuwendung und Pflege auch vielfältige Anregungen durch die Eltern. Erleben Sie Ihr Kind in jeder Entwicklungsphase bewusster und regen Sie es durch Spiel und Bewegung an. Zudem können Sie in den Eltern-Baby-Gruppen Erfahrungen austauschen sowie miteinander und voneinander lernen.

**Diesen Kurs bieten wir von Montag bis Freitag am Vor- und Nachmittag an. Die Termine benennen die Wochen, in denen die Kurse starten.**

<b>100 bis 104</b>	<b>A</b>	Täglich ab	<b>23.01.2023</b>	bis zu den Osterferien
	<b>B</b>	Täglich ab	<b>02.05.2023</b>	bis zu den Sommerferien
		Dauer	<b>60 Minuten (wöchentlich)</b>	
		Gebühr	<b>ab 36,00 Euro (abhängig von der Kurslänge)</b>	
		Leitung	<b>Kerstin Schnitger</b>	

**!** Die Kurslänge variiert zwischen 9 und 11 Kurstagen.



### Babymassage

Lernen Sie in warmer und behaglicher Umgebung, wie Sie Ihrem Baby mit den Massagetechniken nach Frederick Leboyer ganz nahe sein und etwas Gutes tun können.

<b>105</b>	<b>A</b>	Donnerstag	<b>23.02.2023</b>	5 Kurstage
	<b>B</b>	Donnerstag	<b>11.05.2023</b>	5 Kurstage
		Dauer	<b>11:00 bis 11:45 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A, B: 22,50 Euro plus 2,00 Euro für Skripte</b>	
		Leitung	<b>Kerstin Schnitger</b>	

**!** Bitte mitbringen: Unterlage, Handtuch und Öl

## ✔ **fitdankbaby®-MINI – für Mütter und Babys ab 3 Monaten**

Hier trainieren Mütter, um ihre Muskulatur (vor allem Bauch, Beine, Po, Rücken und Beckenboden) zu kräftigen und den Körper langsam und stetig steigend in Form zu bringen. Die Übungen werden in kleinen Gruppen individuell auf das Rückbildungslevel und die Konstitution der Mütter angepasst. Besonderes Augenmerk liegt auf funktionellen Übungen mit Alltagsbezug, wie zum Beispiel rückschonendes Tragen und Hochheben des Babys. Das Baby wird dabei eingebunden: Mal verstärkt es mit seinem Körpergewicht die Intensität des Trainings, mal motiviert es Mütter mit seinem Lachen. Zusätzlich machen wir Spiele für die Babys, die sie gezielt in ihrer Entwicklung unterstützen. Die Kursleiterin ist speziell für das postnatale Training geschult.

<b>A</b>	Freitag	<b>20.01.2023</b>	<b>8 Kurstage</b>
<b>B</b>	Freitag	<b>28.04.2023</b>	<b>8 Kurstage</b>
	Dauer	<b>9:00 bis 10:15 Uhr (Kurs 1) oder 10:30 bis 11:45 Uhr (Kurs 2)</b>	
	Leitung	<b>Victoria Varrentrapp, Physiotherapeutin</b>	

**!** Ihre Fragen und Ihre Anmeldung zu diesem Angebot richten Sie bitte an die Kursleitung unter Telefon 0157 74704458 oder per E-Mail an [victoria.varrentrapp@fitdankbaby.de](mailto:victoria.varrentrapp@fitdankbaby.de).

## ✔ **Zwergensprache – für Eltern und Babys ab 6 Monaten**

Babyzeichensprache ist eine sehr wirksame Methode für die Kommunikation mit Ihrem (noch) nicht sprechenden Kind. Durch den Gebrauch einfacher, auf deutscher Gebärdensprache beruhender Handzeichen eröffnet sich Ihnen und Ihrem Baby eine Welt der Interaktion und des gegenseitigen Verstehens. Die so genannten Babyzeichen werden parallel zur normalen Sprache benutzt. Sie symbolisieren Gegenstände, Tätigkeiten, Eigenschaften usw. aus dem Alltag Ihres Babys. Indem Ihr Kind lernt, eine Verbindung zwischen der Bedeutung des Zeichens und dem Zeichen selbst herzustellen, ist es bald in der Lage, sich durch Babyzeichen auszudrücken.

Unsere Zwergensprache wurde speziell für hörende Babys entwickelt. Sie kann aber auch Kindern mit Lernschwierigkeiten oder verzögerter Sprachentwicklung helfen.

	Montag	<b>23.01.2023 (für Anfänger)</b>	<b>10 Kurstage</b>
	Dauer	<b>10:00 bis 11:00 Uhr</b>	
	Leitung	<b>Claudia &amp; Markus Ritter, Kommunikationstrainer</b>	

**!** Ihre Fragen und Ihre Anmeldung zu diesem Angebot richten Sie bitte an die Kursleitung unter Telefon 0175 5466881 oder per E-Mail an [markus.ritter@lebensstart.net](mailto:markus.ritter@lebensstart.net).

## Ab dem zweiten Lebensjahr



### ➤ **Spielkreise – für Eltern und Kinder ab 1 Jahr**

Die Kinder spielen mit Gleichaltrigen und die Eltern können sich untereinander austauschen. Die Aktivitäten sind so gewählt, dass sie den individuellen Entwicklungsstand der Kinder berücksichtigen, gezielt anregen und gleichzeitig das Gruppenerlebnis fördern. Falls Sie Interesse an einem Platz in einem laufenden Kurs haben, zögern Sie bitte nicht, uns anzusprechen!

**Diese Kurse bieten wir von Montag bis Freitag am Vor- und Nachmittag an. Die Termine benennen die Wochen, in denen die Kurse starten.**

<b>110 bis 119</b>	<b>A</b>	Täglich ab	<b>23.01.2023</b>	bis zu den Osterferien
	<b>B</b>	Täglich ab	<b>02.05.2023</b>	bis zu den Sommerferien
		Dauer	<b>90 Minuten (wöchentlich)</b>	
		Gebühr	<b>ab 45,00 Euro (abhängig von der Kurslänge)</b>	
		Leitung	<b>Kerstin Schnitger und Beate Stein-Gangler</b>	

**!** Die Kurslänge variiert zwischen 9 und 11 Kurstagen.



## ➤ Kinder in Bewegung – Turnen für Kinder ab 1 Jahr

Beim Kinderturnen in unserem großen Turnraum werden motorische Fertigkeiten erprobt und weiterentwickelt, die Konzentrationsfähigkeit wird geübt, Selbstvertrauen wird gefördert und soziales Verhalten erlernt. Die Eltern bekommen Anregungen für daheim, können sich miteinander austauschen und verbringen zudem wertvolle Zeit mit ihrem Kind.

<b>120</b>	<b>A</b>	Dienstag	<b>24.01.2023</b>	9 Kurstage
	<b>B</b>	Dienstag	<b>02.05.2023</b>	11 Kurstage
		Dauer	<b>15:00 bis 16:00 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A: 40,50 Euro / B: 49,50 Euro</b>	

<b>121</b>	<b>A</b>	Dienstag	<b>24.01.2023</b>	9 Kurstage
	<b>B</b>	Dienstag	<b>02.05.2023</b>	11 Kurstage
		Dauer	<b>16:00 bis 17:00 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A: 40,50 Euro / B: 49,50 Euro</b>	
		Leitung	<b>Lia Schulze</b>	

<b>122</b>	<b>A</b>	Freitag	<b>27.01.2023</b>	9 Kurstage
	<b>B</b>	Freitag	<b>05.05.2023</b>	9 Kurstage
		Dauer	<b>9:15 bis 10:15 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A, B: 40,50 Euro</b>	

<b>123</b>	<b>A</b>	Freitag	<b>27.01.2023</b>	9 Kurstage
	<b>B</b>	Freitag	<b>05.05.2023</b>	9 Kurstage
		Dauer	<b>10:15 bis 11:15 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A, B: 40,50 Euro</b>	
		Leitung	<b>Kerstin Schnitger</b>	

## H Passende Gruppen

Bei allen Eltern-Kind-Kursen stellen wir die Gruppen soweit wie möglich nach dem Alter der Kinder zusammen, um ein jeweils altersgerechtes Angebot zu ermöglichen.

**Wir versuchen jedoch auch stets, Ihre Wünsche zu berücksichtigen!**

## Musik machen

### ➤ **Musikkurs – für Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren**

Hier gibt es Raum, die Stimme zu entdecken, miteinander zu singen, in einen ersten musikalischen Dialog mit dem Kind zu treten. Mit traditionellen Liedern, Reimen und altersgerechten Instrumenten werden Eltern und Kinder Freude am gemeinsamen Musikerlebnis haben. Musik und Bewegung kann zum integrativen Bestandteil des Familienlebens werden. Die Freude am Zuhören und Musizieren – auch zu Hause – wird gefördert.

<b>133</b>	<b>A</b>	Dienstag	<b>17.01.2023</b>	<b>9 Kurstage</b>
	<b>B</b>	Dienstag	<b>25.04.2023</b>	<b>12 Kurstage</b>
		Dauer	<b>15:00 bis 15:45 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A: 34,00 Euro / B: 45,00 Euro</b>	
		Leitung	<b>Gertrud Weyhofen</b>	

### ➤ **Musikkurs – für Kinder ab 4 oder 5 Jahren**

Wir gehen zusammen auf eine musikalische Entdeckungsreise: Wie klingen eine Trommel, eine Rassel, Klanghölzer und mein Körper? Wir werden Lieder singen, Geschichten mit Musik gestalten und viele jahreszeitliche Abenteuer erleben. Die Eltern werden zum Publikum und erleben kleine musikalische Vorträge. Manchmal wird hier auch der Weg zu einem Instrument entdeckt.

<b>134</b>	<b>A</b>	Dienstag	<b>17.01.2023</b>	<b>9 Kurstage</b>
	<b>B</b>	Dienstag	<b>25.04.2023</b>	<b>12 Kurstage</b>
		Dauer	<b>16:00 bis 17:00 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A: 45,00 Euro / B: 60,00 Euro</b>	
		Leitung	<b>Gertrud Weyhofen</b>	

**I** **In Kooperation mit**  
der Musikakademie der  
Stadt Kassel »Louis Spohr«

**MUSIK**  
AKADEMIE  
DER STADT KASSEL  
»Louis Spohr«

**Kassel** documenta Stadt



## Flötenkurse für Neueinsteigende und Fortgeschrittene

Neben der Handhabung der Blockflöte werden in diesen Kursen unter anderem Anblas- und Atemtechnik, Tongestaltung, rhythmische Sicherheit, Notenschrift sowie Repertoire von der Renaissance bis zur zeitgenössischen Musik vermittelt.

Der Anfängerkurs für Kinder beginnt auf der Sopranflöte. Bringen Sie bitte bereits vorhandene Sopran-(C)Flöten zur ersten Kursstunde mit. **Vor dem Neukauf halten Sie bitte erst Rücksprache mit der Kursleiterin.** Wenn Sie zum Schnuppern kommen möchten, rufen Sie uns einfach an.

Unsere Flötenkurse finden nachmittags statt. Die exakte Startzeit können Sie bei uns erfragen.

<b>135 A bis 139</b>	Dienstag	<b>24.01.2023</b>	20 Kurstage
	Dauer	<b>30 bis 45 Minuten</b>	
	Gebühr	<b>abhängig von Kurslänge und Gruppengröße</b>	
<b>140 A bis 144</b>	Mittwoch	<b>25.01.2023</b>	20 Kurstage
	Dauer	<b>30 bis 45 Minuten</b>	
	Gebühr	<b>abhängig von Kurslänge und Gruppengröße</b>	
	Leitung	<b>Beate Brunst-Sprenger</b>	

- !** Kinder, die bereits Vorkenntnisse im Flötenspiel haben, können jederzeit **in laufende Kurse einsteigen oder einen individuellen Termin zum Vorspielen ausmachen.** Rufen Sie uns einfach an.



## Dabeisein ist alles

Daher stellen wir Ihnen gern eine **Bescheinigung für die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft** aus. In Einzelfällen sind auch Ermäßigungen möglich. Sprechen Sie uns an.

## Kreativ sein



### ➤ Eltern-Kind-Nähkurs – für Eltern und Kinder ab 8 Jahren

Gemeinsam mit einem Erwachsenen nehmen wir uns ein Wochenende Zeit zum Nähen. Aus schönen Stoffen oder lieb gewordenen Resten nähen wir alles, was uns Spaß macht. Ob kleine oder große Projekte, je nach Kenntnisstand kann hier jeder kreativ werden und erhält individuelle Unterstützung, um die schönsten Dinge zu zaubern. Zur Vorbesprechung kann man eigene Ideen, Schnittmuster, Vorlagen oder Fotos mitbringen.

<b>150</b>	Mittwoch	<b>08.03.2023</b> Vorbesprechung und 2 Kurstage
	Samstag	<b>18.03.2023 und Sonntag, 19.03.2023</b>
	Dauer	<b>Mittwoch: 18:00 bis 20:00 Uhr Samstag und Sonntag: 10:00 bis 15:00 Uhr</b>
	Gebühr	<b>90,00 Euro für 1 Erwachsenen und 1 Kind</b>
	Leitung	<b>Wagma Haqmal-Sedqi</b>

- ! Bei der Vorbesprechung erfährst Du, was Du zum Kurs **mitbringen** solltest. Erst danach sollten Stoffe etc. gekauft werden.

Wir suchen für unsere Arbeit in der Schwangerschaftsberatung gut erhaltene:

- **Babykleidung**
- **Kinderkleidung bis 122**
- **Umstandskleidung**
- **Kinderwagen/Geschwisterwagen/Kiddyboards**

Abgabe oder telefonische Kontaktaufnahme:  
 Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Kassel  
 Die Freiheit 2, 34117 Kassel  
 Telefon 0561 7004-236



## Kochen und Backen

### ➤ Familienküche – für Eltern und Kinder ab 5 Jahren

Kinder lieben Essen, das Spaß macht – Mütter und Väter lieben einfache Gerichte, die schnell zu kochen sind. Hier trifft beides aufeinander, und wir wollen zusammen ein tolles Küchenfest feiern.

<b>576</b>	Samstag	<b>18.02.2023</b>	1 Kurstag
	Dauer	<b>10:00 bis 13:00 Uhr</b>	
	Gebühr	<b>30,00 Euro inkl. Umlage</b>	
	Leitung	<b>Edelgard Geitz</b>	



### ➤ In der Osterbäckerei – für Eltern und Kinder ab 4 Jahren

Wir backen gemeinsam österliches Gebäck zum Selberschlemmen oder zum Verschenken. Da ist bestimmt für jeden etwas dabei.

<b>160</b>	Samstag	<b>11.03.2023</b>	1 Kurstag
	Dauer	<b>11:00 bis 14:00 Uhr</b>	
	Gebühr	<b>18,00 Euro inkl. Umlage</b>	
	Leitung	<b>Yael Vieira</b>	

**Geben Sie Ihrem Kleinen doch mal ein Stück Holz in die Hand...**



**HABA®** *Milch Kuhne®*

**schöner • spielen**  
Kindgerechtes Spielzeug

Kassel • Treppenstr. 15 • Tel. 1 72 06

## Ferienprogramm

### In den Osterferien

#### Der Holzwurm ist drin für 8- bis 12-Jährige

Beim Bau der eigenen Werkzeug- oder Schatzkiste lernen die Kinder Spannendes über den vielseitigen Werkstoff Holz. Gehämmert, geleimt, gesägt und geschraubt wird unter Anleitung der freiwilligen Helferinnen und Helfer und des hauptamtlichen Mitarbeiters der Holzwerkstatt der „Wir jungen Alten“ des Caritasverband Nordhessen-Kassel e.V.

<b>170</b>	Montag	<b>03.04.2023 bis Donnerstag, 06.04.2023</b>
	Dauer	<b>8:30 bis 13:00 Uhr</b>
	Gebühr	<b>72,00 Euro inkl. Materialkosten</b>
	Leitung	<b>Peter Freund</b>

- !** **Höchstens 6 Kinder** können teilnehmen.
- !** **Ort:** „Wir jungen Alten“, Frankfurter Straße 207
- !** **Bitte mitbringen:** Imbiss und Getränk



#### Leckerschmecker Kochentdecker für 7- bis 12-Jährige

Drei Tage lang haben wir gemeinsam viel Spaß an Herd und Pfanne. Dafür sorgen die kinderleichten Rezepte für Kochentdeckerinnen und Kochentdecker und eine Küche, in der ohne Eltern nach Herzenslust gezaubert werden darf.

<b>171</b>	Montag	<b>03.04.2023 bis Donnerstag, 05.04.2023</b>
	Dauer	<b>10:00 bis 13:00 Uhr</b>
	Gebühr	<b>78,00 Euro inkl. Umlage</b>
	Leitung	<b>Edelgard Geitz, Stephan Wittich</b>

## In den Sommerferien

### Der Holzwurm ist drin für 8- bis 12-Jährige

(Kursbeschreibung siehe linke Seite, Kursnummer 171)

172	Montag	24.07.2023 bis Freitag, 28.07.2023
	Dauer	8:30 bis 13:00 Uhr
	Gebühr	90,00 Euro inkl. Materialkosten
	Leitung	Peter Freund

- ! **Höchstens 6 Kinder** können teilnehmen.
- ! **Ort:** „Wir Jungen Alten“, Frankfurter Straße 207
- ! **Bitte mitbringen:** Imbiss und Getränk



### Eine kulinarische Reise um die Welt für 7- bis 12-Jährige

Wir reisen vier Tage um die Welt und probieren leckere Gerichte aus verschiedenen Ländern. Ganz nebenbei lernen wir etwas über diese Länder.

173	Montag	24.07.2023 bis Donnerstag, 27.07.2023
	Dauer	10:00 bis 14:00 Uhr
	Gebühr	104,00 Euro inkl. Umlage
	Leitung	Yael Vieira

### Basteln mit Fimo für 6- bis 12-Jährige

Wir lernen den tollen Werkstoff Fimo und ein paar Techniken zur Bearbeitung kennen. Gemeinsam basteln wir daraus Figuren und Schmuck.

174	Dienstag	28.08.2023 bis Donnerstag, 31.08.2023
	Dauer	10:00 bis 13:00 Uhr
	Gebühr	54,00 Euro plus Materialkosten
	Leitung	Yael Vieira

- ! **Höchstens 10 Kinder** können teilnehmen.
- ! **Bitte mitbringen:** Imbiss und Getränk

## Erziehungsfragen und -antworten



### Das will ich wissen!

Erziehung ist kein Kinderspiel! Dipl.-Sozialpädagogin Sabina Klein beantwortet Ihre Fragen und gibt Tipps zu den „großen“ Erziehungsthemen.

#### Suchtprävention (A)

Was tun gegen Sucht? Grundlagen werden schon in der frühen Kindheit gelegt, Eltern können die Weichen stellen.

#### Gewaltprävention (B)

Mein Kind soll selbstbewusst und stark werden, damit es sich gegen physische und psychische Gewalt zur Wehr setzen kann. Schon im Kindergartenalter können Eltern Kinder stark machen.

#### Was Kinder stark und glücklich macht (C)

Alle Eltern möchten glückliche, starke Kinder. Was brauchen unsere Kinder auf dem Weg zum glücklichen Erwachsenen?

#### Grenzen setzen in der Erziehung (D)

Kinder brauchen Grenzen für eine gelungene Entwicklung. Grenzen geben Sicherheit, Verlässlichkeit und Orientierung. Aber wie, wann, welche?

<b>180</b>	<b>A</b>	Montag	<b>06.02.2023</b>	1 Kurstag
	<b>B</b>	Montag	<b>06.03.2023</b>	1 Kurstag
	<b>C</b>	Montag	<b>08.05.2023</b>	1 Kurstag
	<b>D</b>	Montag	<b>12.06.2023</b>	1 Kurstag
		Dauer	<b>20:00 bis 21:30 Uhr</b>	
	Gebühr	<b>A-D: 5,00 Euro</b>		
	Leitung	<b>Sabina Klein</b>		



In Kooperation mit  
**Evangelische Familienbildungsstätte Kassel**

Weitere Angebote finden Sie im Internet unter <https://evfbs-ks.de>

## Kess-erziehen – Online Kurse

### Was ist Kess-erziehen?

**K wie kooperativ.** Eltern und Kinder/Jugendliche können gut zusammenarbeiten. Sie verabreden gemeinsam Regeln und lösen Konflikte gemeinsam.

**E wie ermutigend.** Väter und Mütter nehmen ihre Kinder/Jugendlichen so an, wie sie sind, und fördern ihre Selbstständigkeit.

**S wie sozial.** Eltern und Kinder/Jugendliche sind gleichwertig. Mütter und Väter achten die sozialen Grundbedürfnisse der Kinder/Jugendlichen und legen Wert darauf, dass diese auch die Bedürfnisse der Eltern respektieren.

**S wie situationsorientiert.** Mütter und Väter berücksichtigen die Bedingungen, die im Moment gegeben sind, und achten auf die vorhandenen Möglichkeiten bei sich wie bei den Kindern/Jugendlichen.



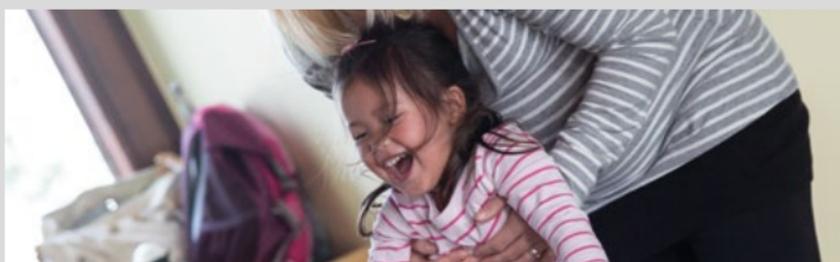
### ➤ Von Anfang an – für Eltern von 0- bis 3-jährigen

Dieser Kurs stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Die Eltern werden darin unterstützt, die Entwicklung ihres Kindes zu fördern, indem sie feinfühlig agieren, das Kind in den Alltag einbeziehen und alltägliche Erfahrungsräume nutzen. Gleichzeitig fördert der Kurs die kommunikativen Fertigkeiten der Eltern.

#### Die Themen der fünf Kurseinheiten:

- Ein neues Leben beginnt – Beziehung aufbauen
- Ermutigt die Welt erkunden – Selbstständigkeit fördern
- Kompetenz erleben – Konfliktsituationen kess angehen
- Selbstbewusst werden – für sich sorgen
- Ich bin ich – Gemeinschaft leben

<b>190</b>	<b>A</b>	Mittwoch	<b>11.01.2023</b>	5 Kurstage
	<b>B</b>	Donnerstag	<b>22.06.2023</b>	5 Kurstage
		Dauer	<b>20:00 bis 22:30 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A, B: 30,00 Euro inkl. Elternhandbuch</b>	
		Leitung	<b>Monika Goldbach</b>	



### ➤ **Weniger Stress. Mehr Freude.**

Dieser Kurs stellt die durch Ermutigung gestützte Entwicklung des Kindes und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft in den Mittelpunkt. Mütter und Väter erhalten eine praktische, ganzheitliche orientierte Erziehungshilfe. Gleichzeitig wird eine Vernetzung interessierter Eltern angeregt.

#### **Die Themen der fünf Kurseinheiten:**

- Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
- Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- Konflikte entschärfen – Probleme lösen

<b>191</b>	<b>A</b>	Donnerstag	<b>16.02.2023</b>	5 Kurstage
	<b>B</b>	Mittwoch	<b>21.06.2023</b>	5 Kurstage
		Dauer	<b>20:00 bis 22:30 Uhr</b>	
		Gebühr	<b>A, B: 30,00 Euro inkl. Elternhandbuch</b>	
		Leitung	<b>Monika Goldbach</b>	

*Was du mir sagst, vergesse ich!  
Was du mir zeigst, erinnere ich!  
Was du mich tun lässt, das verstehe ich!*

**konfuzius**



**Aufblühen**  
SYSTEMISCHE BERATUNG  
UND SUPERVISION

[aufbluehen-beratung.de](http://aufbluehen-beratung.de)

## ➤ **Allein/Getrennt erziehen – für Eltern von 3- bis 11-jährigen**

Dieser Kurs geht auf die besondere Situation und die Bedürfnisse allein/getrennt Erziehender ein. So wird unter anderem thematisiert, wie man Kinder unterstützen kann, die für viele als schmerzhaft erlebte Situation zu bewältigen, und wie man die eigene Wertschätzung dem anderen Elternteil gegenüber bewahren oder stärken kann.

### **Die Themen der sechs Kurseinheiten:**

- Für sich sorgen – Soziale Grundbedürfnisse achten
- Sich und das Kind ermutigen – Verhaltensweisen verstehen
- Aus Kreisläufen aussteigen – Angemessen reagieren
- Den anderen wertschätzen – Selbstbewusstsein entwickeln
- Orientierung geben – Mitverantwortung stärken
- Konflikte lösen – Stress reduzieren

### **Der Elternkurs geht darauf ein**

- wie Eltern als allein/getrennt Erziehende gut für sich sorgen und Ruhe und Kraft für den Alltag bekommen
- was Kinder für das Selbstwertgefühl brauchen
- wie Mutter/Vater die soziale Entwicklung des Kindes fördern
- wie sie wirksam und positiv mit störendem Verhalten umgehen, eine ermutigende Grundhaltung entfalten und einen respektvollen und gleichwertigen Umgang miteinander gestalten können

<b>192</b>	Donnerstag	<b>23.02.2023</b>	<b>6 Kurstage</b>
	Dauer	<b>20:00 bis 22:30 Uhr</b>	
	Gebühr	<b>A, B: 30,00 Euro inkl. Elternhandbuch</b>	
	Leitung	<b>Franziska Lederer</b>	

- ❗ **Ihre Anmeldung und Fragen** zu den drei Online-Angeboten richten Sie bitte an Frau Hasenauer von der Abteilung Lebensalter und Familie des Bischöflichen Generalvikariats unter Telefon 0661 87-353 oder per E-Mail an [familieundbeziehung@bistum-fulda.de](mailto:familieundbeziehung@bistum-fulda.de).

- ❗ **Weitere Informationen** zum Modell Kess-erziehen finden Sie unter [www.kess-erziehen.de](http://www.kess-erziehen.de)

**Kess**  
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert  
**erziehen®**



## Kooperation mit Jugend und Junge Erwachsene, Regionalstelle Kassel

### 📌 Praise im Park

„Praise im Park“ ist das größte katholische Jugendfestival des Bistums Fulda und findet einmal jährlich Open Air im Klosterpark Hünfeld statt. Es ist eine abwechslungsreiche Mischung aus netten Menschen, profiliertem Programm, Gottesdienst, Action und Musik.

Die Wurzeln hat die Veranstaltung im „Fest des Glaubens“, das ab 1996 jährlich im Schönstattzentrum Dietershausen gefeiert wurde. Seit 2016 findet der Jugendtag unter neuem Namen und mit verändertem Konzept in Hünfeld statt. Ab 2023 wird es erstmals ein mehrtägiges Festival vom 14. bis 16. Juli geben. Für das authentische Festival-Feeling gibt es nun die Möglichkeit, im Park zu zelten und dabei ein abwechslungsreiches Konzertangebot, inhaltliche Workshops und Aktionen, gemeinsames Messe feiern und vieles mehr zu erleben. Connecte dich mit anderen und mache unvergessliche Erfahrungen – denn Praise im Park ist mehr als nur ein Festival!  
Wir sehen uns im Park!

Freitag	<b>14.07. bis Sonntag 16.07.2023</b>	3 Tage
Gebühr	<b>ca. 50,00 Euro</b>	
Leitung	<b>Markus Goldbach</b>	

**!** **Weitere Informationen**  
finden Sie, dem  
QR Code folgend, unter  
[www.praiseimpark.de](http://www.praiseimpark.de)





## ➤ Komm mit nach Taizé!

Taizé ist ein kleiner Ort in Frankreich. Junge Menschen aus der ganzen Welt strömen jährlich dorthin, um mit der ökumenischen Gemeinschaft von Taizé zu beten und zu leben. Lass dich darauf ein und genieße in dieser Woche eine ganz besondere Atmosphäre, lerne Jugendliche aus allen Teilen Europas kennen und komme deinem Glauben auf die Spur!

Sonntag	<b>22.10 bis Sonntag 29.10.2023</b>	8 Tage
Gebühr	<b>180,00 Euro</b>	
Leitung	<b>Maike Pichler</b>	

! **Weitere Informationen** finden Sie, dem QR Code folgend, unter [www.jugend-bistum-fulda.de](http://www.jugend-bistum-fulda.de)

