



Online-Seminarangebot für Eltern und Interessierte

Thema	Termin
Online-Medienseminar für Eltern	07.10.2021 19:30 – 21:00 Uhr
Harmonie im (Familien-) Alltag durch mehr Ruhe und Gelassenheit	03.11.2021 <u>und</u> 8.12.2021 19:00 – 20:30 Uhr
Online-Medienseminar für Eltern mit Schwerpunkt digitale Spiele und altersgerechte Auswahl	01.12.2021 19:30 - 21:00 Uhr

Anmeldung

Eltern, die an einem Online-Seminar teilnehmen möchten, können sich per Mail anmelden:
snezana.marijan@ækno.de.

Die Teilnehmer benötigen einen Internetzugang und ein Laptop/Tablet/Smartphone mit Mikrofon und Kamera. Die Teilnahme erfolgt über einen Link, der ungefähr 1 Woche vor dem jew. Online-Seminar per Mail versendet wird.

Weitere Informationen können per Telefon: 0211/4302-2031 bei Frau Marijan erfragt werden.

Seminarinhalte:

Online-Medienseminar für Eltern

am 07.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr

Kinder wie Eltern verbringen viel Zeit vor Bildschirmen. Doch wenn Kinder digital aufwachsen, wie viel Zeit ist angemessen und welche Angebote sind altersgerecht? Die digitale Elternveranstaltung gibt Raum zur Diskussion dieser Fragen.

Ein fachlicher Input zur Motivation der Mediennutzung bei Grundschulkindern schafft Orientierung für elterliches Handeln und gibt Impulse zur Diskussion. Die Faszination digitaler Spielangebote und deren altersgerechte Auswahl werden hier mitdiskutiert. Hinweise zum Elternratgeber „SCHAU HIN! Was dein Kind mit Medien macht.“ sowie weiteren Portalen, bei denen Eltern Unterstützung in Medienfragen finden, runden die Elternveranstaltung ab.

Referentin des Abends ist Kristin Langer, Mediencoach bei der Bundesinitiative „SCHAU HIN! Was dein Kind mit Medien macht“.

Interessierte Eltern können sich per Mail zu dem Online-Seminar anmelden: snezana.marijan@aekno.de

Online-Medienseminar für Eltern mit Schwerpunkt digitale Spiele

am 01.12.2021, 19:30 - 21:00 Uhr

Bei Grundschulkindern nimmt das Interesse an digitalen Medienangeboten nicht rasant, aber doch stetig zu. Spiele-Apps auf dem Smartphone interessieren besonders, aber auch digitales Spielen via Konsole und PC liegen im Trend.

In dem Online-Seminar möchten wir die Faszination digitaler Spielwelten auf Kinder erklären. In dem fachlichen Input erfahren Eltern auch, wie sie mit ihren Kindern altersgerechte Spiele auswählen und wie mögliche Regeln zur Spielnutzung in der Familie gesetzt werden können. Das Kinder sich nicht in der Spielwelt verlieren und Suchttendenzen vermieden werden können, wird ebenfalls diskutiert. Hinweise zum Elternratgeber „SCHAU HIN! Was dein Kind mit Medien macht.“ sowie weiteren Portalen, bei denen Eltern Unterstützung zum Thema „Digitales Spielen“ finden, runden die Elternveranstaltung ab.

Referentin des Abends ist Kristin Langer, Mediencoach bei der Bundesinitiative „SCHAU HIN! Was dein Kind mit Medien macht“.

Interessierte Eltern können sich per Mail zu dem Online-Seminar anmelden: snezana.marijan@aekno.de

Harmonie im (Familien-) Alltag durch mehr Ruhe und Gelassenheit am 03.11.2021 und 08.12.2021, 19:00 - 20:30 Uhr

Besonders Eltern sind tagtäglich (gerade in der Corona-Zeit) herausgefordert, den verschiedensten Anforderungen und unterschiedlichsten Bedürfnissen in Familie, Beruf, Partnerschaft, Freundschaft und sich selbst gegenüber gerecht zu werden. Besteht das Gefühl, dies nicht in allen Bereichen gleichermaßen erfüllen zu können, kann Unzufriedenheit entstehen. Gleichzeitig stellt man bei dem Versuch allem gerecht zu werden, die eigenen Bedürfnisse nach hinten und ICH-Zeiten kommen in die Vergessenheit. Die Beherrschung der eigenen Bedürfnisse und Wünsche sind jedoch essentiell, um erst gar nicht in den Teufelskreis von Frustration oder impulsiven Stressreaktionen zu geraten.

Dieser Schnupper-Workshop stellt sich diesem Strudel entgegen - mit geeigneten Übungen und Methoden. Jeder Teilnehmer wird durch das Erkennen und Aktivieren vorhandener Ressourcen wieder ein Stück mehr in die eigene Kraft kommen. Es werden u. a. Möglichkeiten erarbeitet und erprobt, um den Alltag insgesamt wieder mit mehr Ruhe und Gelassenheit erleben und genießen zu können.

Wünschen Sie sich wieder etwas mehr Harmonie in Ihrem (Familien-) Alltag, dann ist dieser Workshop genau das Richtige für Sie.

Interessierte Eltern können sich per Mail zu dem Online-Seminar anmelden: snezana.marijan@aekno.de