

Frühe Hilfen Eltern (S)stärken

Online-Elternkurse 2024
für Familien mit Kindern bis 3 Jahren
in Stadt und Landkreis Osnabrück



gefördert von Stadt und Landkreis Osnabrück:



Ev. Familien-Bildungsstätte
e.V. Osnabrück



Bundesstiftung
Frühe Hilfen 



OSNABRÜCK®
DIE | FRIEDENSTADT



Eltern (S)stärken

Erziehung ist streiten dürfen

Geschwisterstreit

mit Danielle Graf

Mittwoch, 24.01.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de
Kursnummer C13003

Geschwister lieben sich, sie hauen sich, sie streiten um Aufmerksamkeit und Spielsachen – und treiben ihren Eltern damit Schweißperlen auf die Stirn. Fast alle kennen es: Genug Liebe ist für jedes Kind da, aber das Zeitvolumen und die Energie wachsen nicht mit. Danielle Graf zeigt, wie Sie eine nachgeburtliche Geschwisterkrise erkennen und Ihr großes Kind auffangen können und wie Sie es schaffen, die Geschwisterliebe anzubahnen und aufrecht zu erhalten. Sie erfahren außerdem, welche Arten von Geschwisterstreit es gibt, wie Sie das Konfliktpotential in der Familie möglichst gering halten, wann Sie bei Streit eingreifen sollten und wie Sie ihn am besten begleiten.

Erziehung ist Gefühle zeigen

Keine Angst vor Babytränen

Wie Eltern die intensiven Gefühle ihrer Kinder achtsam begleiten können

mit Thomas Harms

Mittwoch, 07.02.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.ev-fabi-os.de
Kursnummer: G31-118

Thomas Harms, erfahrener Körperpsychotherapeut und Leiter der Schreiambulanz Bremen, wird zeigen, wie Eltern durch einfache Atem-, Berührungs- und Wahrnehmungstechniken die eigenen inneren Voraussetzungen schaffen, um die Körper- und Ausdrucksprache der Säuglinge und Kleinkinder intuitiv entschlüsseln und beantworten zu können. So werden Eltern die Herausforderungen und Babytränen der ersten Lebensjahre besser verstehen und leichter meistern können.

Erziehung ist Grenzen setzen

„Meine Grenze ist dein Halt“

Kindern liebevoll Stopp sagen

mit Nora Imlau

Mittwoch, 21.02.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de
Kursnummer C13006

Was können Eltern ganz konkret tun, wenn sie sich auf dem Spielplatz fast die Füße abfrieren und ihr Kind allen freundlichen Bitten zum Trotz partout nicht nach Hause will? Wie können sie den Frust ihres wütenden Kindes annehmen und begleiten, ohne dabei die eigenen Grenzen zu überschreiten? Nora Imlau ist eine der wichtigsten Stimmen in der deutschsprachigen Erziehungslandschaft. Sie zeigt, dass Grenzen weder hart noch autoritär sein müssen und dass sie zu wahren nicht automatisch Zwang bedeutet, sondern vor allem wohlthuende Klarheit. Und zwar sowohl für die Eltern als auch für ihre Kinder.

Erziehung ist Freiraum lassen

Entwicklungsschritte brauchen Bewegung

mit Dr. Fiona Martzy

Dienstag, 05.03.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.ev-fabi-os.de
Kursnummer: G31-119

Bewegung ist der Motor für frühkindliche Entwicklungsprozesse! Schon die Aller kleinsten wollen sich bewegen und freuen sich über Bewegungsanlässe wie das selbständige Rollen auf dem Fußboden oder das Bewegtwerden, wenn sie schwungvoll hoch über den Kopf gehoben oder im Arm geschaukelt werden. Diese passiven und aktiven Körperbewegungen bauen das Bewegungsgedächtnis der Kinder auf, vermitteln ein zunehmendes Körpergefühl, und ermöglichen Selbstwirksamkeitserfahrungen.

An diesem Abend stellt Dr. Fiona Martzy konkrete Ideen und Tipps vor, wie Eltern zuhause oder draußen förderliche Bewegungsanlässe schaffen, die das Selbstkonzept des Kindes stärken.

Erziehung ist streiten dürfen

Richtig streiten vor den Kindern

mit Nicola Schmidt

Mittwoch, 10.04.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de

Kursnummer: C13008

Viele Eltern haben ein schlechtes Gewissen, wenn sie vor den Kindern streiten – aber ist das wirklich so schlimm? Team-Coach Klaus Althoff sagt: Nein, im Gegenteil! Es kommt nur darauf an, wie wir streiten. Wenn wir es richtig angehen, können die Kinder aus unseren Meinungsverschiedenheiten wichtige Lektionen für ihr eigenes Leben lernen. Wenn wir es allerdings falsch machen, machen wir ihnen und uns das Leben unnötig schwer. »Paare sollten mehr verhandeln und weniger streiten – aber wenn wir streiten, dann bitte richtig!« So können Kinder von Konflikten ihrer Eltern fürs Leben lernen.

Erziehung ist Liebe schenken

Vaterwelten

mit Heiner Fischer

Mittwoch, 15.05.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de

Kursnummer C13009

Die wenigsten Männer haben gelernt, wie das Vatersein überhaupt geht. Sie möchten von Anfang an alles richtig machen, wissen aber oft nicht wie.

In Unternehmen ist Vereinbarkeit nach wie vor ein „Frauenproblem“ und die väterorientierte Sichtweise bleibt nahezu unbeachtet. Mit der Geburt des ersten Kindes geraten Väter in einen Loyalitätskonflikt zwischen Beruf und Familie.

Dieser Vortrag informiert Sie über die Vorteile einer partnerschaftlichen Aufteilung von bezahlter Erwerbsarbeit und unbezahlter Familienarbeit, seinem versteckten Gewinn für alle Beteiligten sowie Umsetzungsmöglichkeiten im Alltag.

Erziehung ist Gefühle zeigen

„Gutes Bauchgefühl“

mit Carolin Wiedmann

Dienstag, 28.05.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.ev-fabi-os.de

Kursnummer: G31-1200

Die Ernährung im Kleinkindalter stellt Eltern vor viele Herausforderungen, gerade, wenn das Kind wochenlang kein Gemüse isst, Fisch nicht mag oder auf Fleisch verzichtet.

Carolin Wiedmann, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin und Spezialistin für Ernährungsmedizin, wird an diesem Abend aufzeigen, wie Kinder gesund und mit einem guten Bauchgefühl der Eltern ernährt werden können, auch wenn sie für eine Weile eher einseitig essen. Sie erläutert, welche Nährstoffe dann wirklich ergänzt werden müssen und wie die kleinen Esser*innen gut begleitet werden können.

Erziehung ist Freiraum lassen

Grenzen zeigen ohne Belohnung und Bestrafung

mit Dr. Martina Stotz

Freitag, 23.08.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de

Kursnummer: D13003

Um Kinder liebevoll zu erziehen, brauchen Kinder keine Bestrafung oder Belohnung. Davon ist Dr. Martina Stotz überzeugt und zeigt Eltern und auch pädagogischen Fachkräften, wie sie Kindern durch liebevolle Führung Orientierung, Grenzen und Freiraum schenken können.

Moderierter Eltern Austausch in kleinerer Runde

Wenn sich die Eltern nach einem Online-Vortrag weiter zum Thema austauschen möchten, können sie sich anschließend zum moderierten vertiefenden Elternabend anmelden. Die Termine werden an den Vortrags-Abenden und auf unseren Homepages (www.kath-fabi-os.de / www.ev-fabi-os.de) bekannt gegeben.

Erziehung ist Mut machen

Kinder verstehen und in die Welt begleiten

mit Kathrin Hohmann

Donnerstag, 19.09.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de

Kursnummer: D13000

Elternsein ist für viele Familien eine riesige Herausforderung, der sie sich jeden Tag aufs Neue stellen. Kinder bedürfnisorientiert Tag für Tag zu begleiten und erlebte Situationen zu reflektieren, kostet Kraft. Bedürfnisorientierung ist eine lebenslange Aufgabe mit uns, den Kindern und der Umwelt. Im Vortrag spricht Kathrin Hohmann darüber, welche Stolpersteine und Situationen Eltern besonders herausfordern und wie sie sich diesen stellen (können).

Erziehung ist Zuhören können

Mehr Sprache überfordert mein Kind, oder?

Elterliche Sorgen zu Sprachentwicklung und Mehrsprachigkeit

mit Anna Dintsioudi

Dienstag, 29.10.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.ev-fabi-os.de

Kursnummer: H31-100

Wenn Kinder mehrsprachig aufwachsen, fragen sich Eltern oft, ob mehrere Sprachen ihre Kinder nicht doch verwirren. Noch kursieren viele Mythen und veraltete Sichtweisen dazu, mit denen Eltern konfrontiert und verunsichert werden. Um Eltern diese Sorgen zu nehmen, wird ein Blick auf Prozesse bei der Sprachentwicklung und insbesondere auf Besonderheiten beim mehrsprachigen Aufwachsen geworfen. Und viele anschauliche Praxisbeispiele machen deutlich, wie Kinder beim Sprachlernen zuhause oder in Krippe und Kita unterstützt werden können.

Erziehung ist Zeit haben

Wie ihr eure Beziehung NICHT in den Sand setzt, wenn ihr Kinder habt.

mit Nina Grimm

Donnerstag, 21.11.2024 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldungen unter www.kath-fabi-os.de

Kursnummer D13001

Kinder sind das größte Geschenk... UND... die wohl fetteste Beziehungskrise, die wir uns wohl vorstellen können! Kaum etwas anderes fordert, belastet und dehnt eine Paarbeziehung so sehr wie ein Kind. Nina Grimm ist Familienpsychologin und tatsächlich ist auch ihre Beziehung nach dem ersten Babyjahr gescheitert. Allerdings hat sie mit ihrem Mann wieder die Kurve gekriegt, ein zweites Kind bekommen und geheiratet. In ihrem neuen Buch schreibt die SPIEGEL Bestseller Autorin über die 10 größten Fehler, die sie und ihr Mann damals begangen haben und wie wir ihnen vorbeugen beziehungsweise sie durchbrechen können, wenn wir schon mitten drin stecken.

Ihre Ansprechpartnerinnen



Sabine Schmidt

Fachbereichsleitung
FABI wohnortnah
Projektkoordination

Katholische
Familien-Bildungsstätte e.V.
Große Rosenstraße 18
49074 Osnabrück

Telefon 0541 35868-19
sabine.schmidt@kath-fabi-os.de
www.kath-fabi-os.de

[www.facebook.com/
Kath.FABI.Os](http://www.facebook.com/Kath.FABI.Os)



Johanna Plappert

Fachbereichsleitung
Familie vor Ort
Projektkoordination

Evangelische
Familien-Bildungsstätte e.V.
Anna-Gastvogel-Straße 1
49080 Osnabrück

Telefon 0541 50530-19
kroop@ev-fabi-os.de
www.ev-fabi-os.de

[www.facebook.com/
ev.fabi.os](http://www.facebook.com/ev.fabi.os)