

Jugendamt

NÜRNBERG



14. Nürnberger Familienbildungstag

Samstag, 5. März 2016, 9.30 bis 14 Uhr
eckstein, Burgstraße 1-3, Nürnberg

**Liebevolle und entspannte Eltern
im Alltagsstress – geht das?!**

Referentin: Nora Imlau

Eine Veranstaltung der AG Familienbildung im Förderprogramm Familienstützpunkte



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Liebe Eltern!

Wir laden Sie herzlich zum **14. Nürnberger Familienbildungstag** ein.

Ein fröhliches, harmonisches Familienleben - das wünschen sich alle Eltern. Ein solches positives Familienklima entsteht, wenn es Erwachsenen gelingt, liebevoll und geduldig auf ihre Kinder einzugehen. Klingt einfach, ist im Alltag aber ganz schön schwer umzusetzen: Im aufreibenden Spagat zwischen Kindern und Haushalt, Job und Familie fehlt Müttern und Vätern oft schlicht die Kraft dazu. Wie kann ein Ausweg aus dem Dilemma aussehen? Wenn Eltern lernen, gut auf sich selbst und ihre eigenen Grenzen zu achten, Hilfsangebote anzunehmen und die Bedürfnisse ihrer Kinder besser verstehen, werden Ressourcen frei für ein Familienleben, das Kindern und Erwachsenen gut tut.

Wie das konkret aussehen kann, stellt unsere Referentin Nora Imlau anhand vieler lebensnaher Beispiele dar. Sie ist Fachbuchautorin, Journalistin für Familienthemen und selbst Mutter zweier Kinder.

Nach dem Vortrag können Sie sich in den Workshops mit anderen Eltern und Fachleuten austauschen. In der Pause haben Sie die Chance, das Angebot der Familienbildung in Nürnberg näher kennen zu lernen.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Familienbildungsstellen und das Jugendamt
der Stadt Nürnberg

Samstag, 5. März 2016

Das Programm:

Einlass: 8.30 Uhr

Beginn: 9.30 Uhr

Grußwort

Dr. Kerstin Schröder
Amt für Kinder, Jugendliche und Familien,
Jugendamt der Stadt Nürnberg

9.45 Uhr

**Liebevolle und entspannte Eltern
im Alltagsstress – geht das?!**

Referentin: Nora Imlau

11.00 Uhr

Info-Börse/Kaffeepause
Büchertisch von Korn & Berg

11.45 Uhr bis 13.45 Uhr

Workshops

14.00 Uhr

Ende der Veranstaltung

Bitte geben Sie den von Ihnen
gewünschten Workshop bei der
Anmeldung an.



Workshops für Eltern

- 1 „Jetzt ist mein Kind Vorschulkind!“**
Wie gelassen können Eltern der Einschulung entgegen sehen?
Für Eltern mit Kindern im Vorschulalter
Hilde Nägele und Ilse Birkmann-Reiß
AWO Kreisverband Nürnberg e.V.
Elternbildungsprogramme
- 2 Gelassene Eltern – Glückliche Kinder**
Für Eltern mit Kindern im Krippen- und Kindergartenalter
Bettina Bahl und Susanne Penzkofer
BRK Kreisverband Nürnberg-Stadt
- 3 „... und plötzlich sind wir viele!“**
Besondere Herausforderungen
in Patchworkfamilien
Barbara Ameling
Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband
Nürnberg e.V.
- 4 Alltag am Siedepunkt – stressige Situationen vermeiden oder entschärfen**
Anregungen für Eltern mit Kindern von 0-6 Jahren
Steffi Reinders-Schmidt
Evang. Familien-Bildungsstätte Nürnberg
- 5 Von der Kunst die Waage zu halten...**
... zwischen Alltagsstress und vergnüglichen
Entspannungszeiten
Christine Zant-Braitmayer
pro familia Nürnberg e.V.

- 6 Entspannt durch die Pubertät?!**
Wie es gelingen kann, dass Eltern und erwachsen werdende Kinder in gutem Kontakt bleiben
Therese Kraus und Ralf Postler
Treffpunkt e.V.
- 7 Elternsein und Partnerschaft in Balance bringen – wie kann diese Herausforderung gelingen?**
Für Eltern mit Kindern unter 6 Jahren
Annette Frisch und Barbara Schuster
Zentrum Kobergerstraße e. V.
Beratungsstelle für Schwangere, Eltern und Kinder
- 8 Work-Life-Balance:
Spielräume entdecken und gestalten**
Workshop mit praktischen Übungen
Andrea Krapf
Zoff + Harmonie,
Familienbildung der Kath. Stadtkirche
- 9 „Handy weg! Ja gleich!“ –
Ständig Stress ums Chatten und Zocken**
Tipps für die Mediennutzung in der Familie
Michael Posset
Jugendamt der Stadt Nürnberg,
Jugendmedienschutz



Kooperationspartner:

Jugendamt der Stadt Nürnberg

Stab Familienbildung – Kampagne Erziehung

Lena Friedrich-Hubert

Telefon 09 11/2 31 82 92

E-Mail lena.friedrich-hubert@stadt.nuernberg.de

AWO Kreisverband Nürnberg e.V.

Elternbildungsprogramme

Hilde Nägele

Telefon 09 11/9 29 96 99 15

E-Mail hilde.naegele@awo-nbg.de

BRK Kreisverband Nürnberg-Stadt

Susanne Penzkofer

Telefon 09 11/5 30 12 80

E-Mail susanne.penzkofer@kvnuernberg-stadt.brk.de

Deutscher Kinderschutzbund (DKSB)

Kreisverband Nürnberg e.V.

Barbara Ameling

Telefon 09 11/92 91 90-00

E-Mail kontakt@kinderschutzbund-nuernberg.de

Evang. Familien-Bildungsstätte Nürnberg FBS

Maria Siegel

Telefon 09 11/2 74 76 63

E-Mail siegel@fbs-nuernberg.de

Frauen & Mädchen

Gesundheitszentrum Nürnberg e.V.

Petra Linhard

Telefon 09 11/32 82 62

E-Mail info@fmgz-nuernberg.de

forum erwachsenenbildung

Evang. Bildungswerk Nürnberg e.V.

Yasmin Chaudhri

Telefon 09 11/2 14 21 33

E-Mail feb.chaudhri@eckstein-evangelisch.de

pro familia Nürnberg e.V.

Mirjam Dauscher

Telefon 09 11/55 55 25

E-Mail mirjam.dauscher@profamilia.de

Treffpunkt e.V.

Hilde Kugler

Telefon 0911/18090665

E-Mail familienstuetzpunkt@treffpunkt-nbg.de

Zentrum Kobergerstraße e.V.

Beratungsstelle für Schwangere, Eltern und Kinder

Anne Wimmer-Müllender

Telefon 09 11/36 16 26

E-Mail leitung@zentrum-koberger.de

Zoff + Harmonie

Familienbildung der Kath. Stadtkirche

Heidmarie Neuhofer-Krauß

Telefon 09 11/24 44 94 93

E-Mail zoff-harmonie@stadtkirche-nuernberg.de





Anmeldung

Bitte melden Sie sich zur Teilnahme online unter www.familienbildungstag.nuernberg.de an oder verwenden Sie das beiliegende Anmeldeformular.

Geben Sie bitte auch die Nummer des Workshops an, an dem Sie teilnehmen möchten.

Kinderbetreuung

Sollten Sie Kinderbetreuung (für Kinder von 2 bis zu 8 Jahren) benötigen, melden Sie sich bitte von Montag, 15. Februar bis Freitag, 26. Februar 2016 telefonisch an bei:

i-punkt eckstein
Burgstraße 1-3, 90403 Nürnberg
Telefon 09 11/2 14 21 40

Bei den 2- bis 4-jährigen Kindern können maximal 18 Kinder aufgenommen werden.

Für die größeren Kinder von 4 bis 8 Jahren haben wir ein besonderes Programm:

DancingFeet – Kinderyoga
Monika Adele Camara
Interkulturelle Tanz- und Yogapädagogin
Bildungszentrum der Stadt Nürnberg

Hier können maximal 20 Kinder aufgenommen werden (Saal 1. OG eckstein).

Bitte Gymnastikkleidung, Decke und Brotzeit mitbringen.

Berücksichtigen Sie bitte beim Bringen, dass die Kinder für das Ablösen von den Eltern Zeit benötigen.



Eine Initiative des Jugendamtes
im Bündnis für Familie



BÜNDNIS für FAMILIE



Kontakt: Stab Familienbildung

familienbildung@stadt.nuernberg.de
www.familienbildung.nuernberg.de

Herausgegeben von der Stadt Nürnberg: Amt für Kinder, Jugendliche und Familien - Jugendamt • Dietzstraße 4, 90443 Nürnberg

Druck: Gebrüder Voit, Röthensteig 20, 90408 Nürnberg

Anmeldung:

Online www.familienbildungstag.nuernberg.de
Per Post **Stadt Nürnberg**
 Amt für Kinder, Jugendliche
 und Familien – Jugendamt
 Stab Familienbildung
 Dietzstraße 4, 90443 Nürnberg

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Falls Sie nichts von uns hören, sind Sie verbindlich zum Familienbildungstag angemeldet.

An folgendem Workshop nehme ich teil:
(bitte ankreuzen)

1

4

7

2

5

8

3

6

9

Datum

Unterschrift