

*Wir sind da
für Menschen
in Familie!*

Zoff + Harmonie

Familienbildung



Unser Programm
im Internet:
WWW.ZOFF-HARMONIE.DE

Zoff + Harmonie

Familienbildung

Was ist Zoff + Harmonie?

- › **Zoff + Harmonie** ist die Familienbildung der Katholischen Stadtkirche.

Zoff + Harmonie wendet sich an

- › Paare und Menschen in unterschiedlichen Familienphasen und Familiensituationen
- › (ehrenamtliche) Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Pfarrgemeinden, die Familien begleiten
- › Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe (z. B. KiTas) und an Schulen.

Wir wollen

- › Paare dabei begleiten, ihre Partnerschaft lebendig zu gestalten
- › Mütter und Väter unterstützen, damit das Zusammenleben in der Familie gelingt
- › die Erziehungskompetenz von Müttern und Vätern fördern
- › Frauen und Männer, Eltern und Kinder auf der Suche in Sinn- und Glaubensfragen begleiten und einen Raum der Orientierung bieten
- › (ehrenamtliche) Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die in der Familienarbeit der Pfarrgemeinden tätig sind, unterstützen.

ZOFF + HARMONIE IST OFFEN FÜR
MENSCHEN JEDER NATIONALITÄT, RELIGIÖSEN
ZUGEHÖRIGKEIT UND LEBENSFORM.

Liebe Leserin, Lieber Leser,

führen Sie auch einen Familienkalender, um noch den Überblick zu behalten? Hasten Sie manchmal von Termin zu Termin? Haben Sie manchmal das Gefühl, der Alltag mit Familie ist manchmal ganz schön anstrengend?

Dann laden wir Sie ein, jetzt mal innezuhalten und durchzuatmen ☺... und dann bewusst zu überlegen, wie schaffe ich mir in dem hektischen Alltag immer wieder kleine Auszeiten. Auszeiten für mich alleine, Auszeiten für mich und mein Kind, Auszeiten zusammen mit meinem Partner/meiner Partnerin. Sich bewusst Zeit zu nehmen, sich ganz auf das „Jetzt“ zu konzentrieren – das trägt zu Zufriedenheit und Glück bei.

Unsere Kurse sollen solche Zeitoasen sein. Oasen, um achtsam mit sich und dem eigenen Kind umzugehen. „**PEKiP**“, **Musikalische Entdeckungsreise**, „**Kangatraining**“ oder ganz neu „**Waldbaden**“ – Sie sind herzlich eingeladen!

Wir wünschen viel Spaß mit unserem neuen Programm!

Herzliche Grüße

Ihr Zoff + Harmonie-Team

PS: Besuchen
Sie uns doch mal
auf facebook!

Vorwort.....	3
01 PARTNERSCHAFT GESTALTEN	
„Airbag“ für die Partner-Beziehung: Info- & Gesprächsabend	10
Das Geheimnis zufriedener Paare: Gesprächstraining EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm)	11
KEK – Gesprächstraining für Paare mit längerer Beziehungserfahrung	12
APL-Abendgespräche.....	13
APL-Lebenswenden (Paarseminar)	14
Nürnberger Ehekolleg.....	15
Partnerschule: Verliebt...verlobt...verheiratet...Kinder und dann.....	16
02 FAMILIE UND BERUF VEREINBAREN	
Familie und Beruf – Beratung.....	17
Gestresst im Alltag? Gewinnen und erhalten Sie Gelassenheit! Entspannung und Austausch für Frauen.....	18
03 ELTERN ERMÜTIGEN UND BEGLEITEN	
Kess-erziehen – Elternkurse und Elternabende	19
Kess-erziehen – Elternabende „Freiheit, Grenzen, Regeln“.....	20
NEU > Ökumenischer Familientag „Zeitreise in Ziegelstein“ mit Workshop „Wellness im Erziehungsalltag“.....	21
NEU > Shinrin Yoku: Waldbaden – Entspannungsworkshop für Eltern	22
„Die Eltern als sichere Basis und Hafen“	23
04 GEMEINSAM MIT KINDERN ENTDECKEN UND ERLEBEN	
Kangatraining: Workout für Mütter mit Baby	24
Musikalische Entdeckungsreise	25
Eltern-Kind-Turnen	26
PEKiP (Prager-Eltern-Kind-Programm).....	27
PEKiP für Mütter/Väter NEU > mit Zwillingen.....	28
Mama/Papa-Baby-Gruppen.....	29
Schritte ins Leben: Eltern-Kind-Gruppen.....	31
PAPA+ICH: Naturforscher – „Wir bauen den Tieren eine kunstvolle Krippe“, „Wir feiern Advent im Wald“.....	32
PAPA+ICH: „Abenteuer Wald“ Ein Kooperationsprojekt mit dem Bund Naturschutz Nürnberg.....	33
Eltern-Kind-Trommel-Kurs	34

WALDerLEBEN – zusammen mit Therapiehündin Bliss..	35
Bewegungs(t)raum Wald.....	36

05 BESONDERE FAMILIENSITUATIONEN MEISTERN	
Gesprächsrunde für Eltern nach dem frühen Tod eines Kindes	37
Gesprächsgruppe für Väter frühverstorbener Kinder	37
Herzenskinder: Andacht für verwaiste Eltern	38
Rückbildungskurs für Frauen nach Fehl- oder Totgeburt und nach dem frühen Tod eines Neugeborenen.....	38
06 PÄDAGOGISCHE MITARBEITER/INNEN FORTBILDEN	
NEU > „Was ist los mit Dir? Tut das weh?“ Bücher und Medien für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter	39
07 MIT PFARREIEN UND KITAS KOOPERIEREN	
NEU > Naturworkshop für Kinder der Maria Ward Ganztagesbetreuung: „Auf den Spuren des Bibers“	40
Kesse Elternkurse und Elternabende für Nürnberger Kindertagesstätten	41
Weitere Veranstaltungen für KiTas, Schulen und Einrichtungen in Nürnberg: Themenabende, Eltern-Kind- Aktionen, Initiieren offener Angebote, Eltern-Workshop, EPL/KEK-Infoabend	43
Hinweise für Eltern-Kind-Gruppenleiterinnen und -Gruppenleiter.....	44
08 BABYSITTER AUSBILDEN UND WEITERBILDEN	
Babysitter mit „Zertifikat“: Lehrgang für Jugendliche (ab 15 J.) und Erwachsene.....	45
09 PERSONELLES UND ANMELDUNG	
Mitarbeiterinnen.....	46
Kooperationspartnerinnen & Kooperationspartner	47
Kursleiterinnen & Kursleiter, Referentinnen & Referenten	48
Anmeldung.....	49
Teilnahmebedingungen	51

Wenn kein anderer Veranstaltungsort
angegeben ist, finden die Angebote im
Haus der Katholischen Stadtkirche,
Vordere Sternegasse 1 in Nürnberg statt.

SEPTEMBER 2019

SAMSTAG 07.09.2019 10 – 17 UHR	15
Nürnberger Ehekolleg <i>Ein Impulstag für Paare, die kirchlich heiraten wollen</i>	
SAMSTAG 22.09.2019 10.15 – 16.30 UHR WORKSHOP: 13.45 – 15.15 UHR	21
Ökumenischer Familientag „Zeitreise in Ziegelstein“ <i>Mit Workshop aus Kess-erziehen für Eltern</i>	
MONTAG 23.09. – 09.12.2019 (11X) 9 – 10.30 UHR (NICHT AM 28.10.)	28
PEKiP, <i>Babys geb. Juni – August 2019 (neu)</i>	
MONTAG 23.09. – 09.12.2019 (11X) 10.45 – 12.15 UHR (NICHT AM 28.10.)	28
PEKiP, <i>Babys geb. April – Juni 2019 (neu)</i>	
MONTAG 23.09. – 09.12.2019 (11X) 12.30 – 14 UHR (NICHT AM 28.10.)	28
PEKiP für Zwillinge, <i>Babys geb. März – Juli 2019</i>	
MONTAG 23.09.2019 18.30 – 21.30 UHR	13
APL-Abendgespräch	
DIENSTAG 24.09. – 10.12.2019 (11X) 9 – 10.30 UHR (NICHT AM 29.10.)	31
Schritte ins Leben: Eltern-Kind-Gruppen <i>Für Mütter / Väter mit Kindern ab einem Jahr</i>	
DIENSTAG 24.09. – 22.10.2019 (5X) 15.45 – 17.45 UHR	35
WALDerLEBEN – Zusammen mit Therapiehündin Bliss <i>Kurs für 1 Elternteil mit Kind (3 – 6 Jahre)</i>	

MITTWOCH 25.09. – 27.11.2019 (9X) 16.30 – 17.30 UHR (NICHT AM 30.10.)	26
Eltern-Kind-Turnen <i>Für Mütter / Väter und Kinder (2 – 3 Jahre)</i>	
SAMSTAG 28.09./ 19.10./ 23.11.2019 (3X) 14.30 – 16.30 UHR	33
„Abenteuer Wald“ Für Väter mit Kindern (6 – 10 Jahre)	

OKTOBER 2019

DONNERSTAG 03.10.2019 19.30 UHR	38
Herzenskinder Andacht für verwaiste Eltern	
SAMSTAG 05.10.2019 10 – 17 UHR	15
Nürnberger Ehekolleg <i>Ein Impulstag für Paare, die kirchlich heiraten wollen</i>	
DIENSTAG 08.10.2019 19.30 – 22 UHR	10
„Airbag“ für die Partner-Beziehung – Info- & Gesprächsabend <i>Gelungene Kommunikation, damit die Liebe bleibt</i>	
FREITAG 11.10. – 06.12.2019 (8X) 11 – 12 UHR (NICHT AM 01.11.)	25
Musikalische Entdeckungsreise <i>für Mütter / Väter und Kinder (1 – 2 Jahre)</i>	
FREITAG 11.10.2019 15 – 18 UHR	36
Bewegungs(t)raum Wald Kletter- und Spielaktion <i>für Eltern und Kinder im Alter von 3 – 6 Jahren</i>	
SAMSTAG 12.10. / 19.10.2019 (2X) 9 – 17 UHR	11
Das Geheimnis zufriedener Paare <i>EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm</i>	
MONTAG 14.10.2019 19 – 20.30 UHR	39
Was ist los mit dir? Tut das weh? Bücher und Medien zum Umgang mit Krankheiten für das Kindergarten- und Grund- schulalter. Veranstaltung für pädagogische Fachkräfte aus dem KiTa-Bereich und Religionslehrkräfte.	

DIENSTAG 15.10. – 19.11.2019 (6X) 11.30 – 13 UHR (NICHT AM 29.10.)	24
Kangatraining Workout für Mütter mit Baby	
DIENSTAG 15.10.2019 18.30 – 21.30 UHR	13
APL-Abendgespräch	
MITTWOCH 16.10.2019	20
Freiheit, Grenzen, Regeln 2 Kesse Elternabende für Eltern mit Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren	
FREITAG 18.10. 17.30 UHR – SONNTAG 20.10.2019 13 UHR	14
APL-Lebenswenden Paarseminar für EPL- und KEK-erfahrene Paare	
SAMSTAG 19.10.2019 9.30 – 11.30 UHR	22
Shinrin Yoku – Waldbaden Entspannungsworkshop für Eltern	
SAMSTAG 19.10./ 26.10.2019 (2X) 14 – 15.30 UHR	34
Eltern-Kind-Trommel-Kurs Für Mütter und Väter mit Kindern im Alter von 5 – 8 Jahren	
FREITAG 25.10.2019 14 – 16 UHR	40
Auf den Spuren des Bibers – Naturworkshop für Kinder der Maria Ward Ganztagesbetreuung von der 1. – 4. Klasse	

NOVEMBER 2019

MITTWOCH 06.11. – 11.12.2019 (6X) 11 – 12.15 UHR	29
Mama/Papa-Baby-Gruppe, Babys geb. Dezember 2018 – Februar 2019 (neu)	
MITTWOCH 06.11. – 11.12.2019 (6X) 9.15 – 10.30 UHR	29
Mama/Papa-Baby-Gruppe, Babys geb. März – Mai 2019 (neu)	
SAMSTAG 09. / 16. / 23.11.2019 (3X) 9 – 18 UHR + FREITAG 22.11.2019 19 – 22 UHR	12
KEK – Konstruktive Ehe und Kommunikation Für Paare mit längerer Beziehungserfahrung	

SAMSTAG 09.11./ 16.11.2019 (2X) 10 – 12 UHR	32
Naturforscher Kurs 1: „Wir bauen den Tieren eine kunstvolle Krippe!“ Für Väter mit Kindern (2 – 6 Jahre)	
SAMSTAG 09.11.2019 10 – 17 UHR	15
Nürnberger Ehekolleg Ein Impulstag für Paare, die kirchlich heiraten wollen	
DONNERSTAG 14.11.2019 19.30 – 21 UHR	23
„Die Eltern als sichere Basis und Hafen“ Erkenntnisse aus der Bindungs- und Resilienzforschung für die ersten drei Lebensjahre	
SAMSTAG 16.11. / 14.12.2019 + 18.01. / 22.02. / 21.03.2020 JEWEILS 9.30 – 13 UHR (5X)	18
Gestresst im Alltag? Gewinnen und erhalten Sie Gelassenheit! Entspannung und Austausch für Frauen, auch nach einem Kuraufenthalt.	
MONTAG 18.11.2019 18.30 – 21.30 UHR	13
APL-Abendgespräch	
FREITAG 22.11. 18 UHR BIS SAMSTAG 23.11.2019 20 UHR	16
Partnerschule: Verliebt...verlobt...verheiratet...Kinder und dann... Was für ein Paar sind wir? Unsere Stärken und Schwächen.	

DEZEMBER 2019

DONNERSTAG 05.12.2019 19.30 UHR	38
Herzenskinder Andacht für verwaiste Eltern	
SAMSTAG 07.12.2019 10 – 12 UHR	32
Naturforscher Kurs 2: „Wir feiern Advent im Wald!“ Für Väter mit Kindern (2 – 6 Jahre)	
SAMSTAG 07.12.2019 10 – 17 UHR	15
Nürnberger Ehekolleg Ein Impulstag für Paare, die kirchlich heiraten wollen	
DONNERSTAG 12.12.2019 18.30 – 21.30 UHR	13
APL-Abendgespräch	



„AIRBAG“ FÜR DIE PARTNER-BEZIEHUNG

*Gelungene Kommunikation, damit die Liebe bleibt.
Ein Informations- und Gesprächsabend.*

Gute Gespräche zwischen Partnerin und Partner sind „der Airbag“ jeder guten Beziehung. Die Gesprächsfertigkeiten dafür sind nicht angeboren, aber erlernbar.

Und die Anstrengung lohnt sich: Das hat eine Langzeitstudie bewiesen, die „EPL-Paare“ über 25 Jahre begleitet hat. Die frühzeitige Teilnahme an einem Gesprächstraining wirkt sich sehr positiv auf die Partnerschaftszufriedenheit aus und damit auf die Beständigkeit der Beziehung.

Im Mittelpunkt des Abends steht eine Filmszene: eine Paar-situation, ein Konflikt und seine Auflösung im Gespräch. Die Konsequenzen des Gesprächsverhaltens werden verdeutlicht, Regeln und Tipps für gelungene Gespräche präsentiert und miteinander besprochen.

Sie erhalten einen Einblick in die Gesprächstrainingsangebote EPL und KEK.

TERMIN	Dienstag, 08.10.2019, 19.30 – 22 Uhr
GEBÜHR	kostenfrei
LEITUNG	Richard Sporrer
ANMELDUNG	bis zum 02.10.2019 erforderlich!

Alle EPL- und KEK-Angebote finden in Zusammenarbeit mit dem Kath. Stadtbildungswerk Nürnberg e.V. und dem Fachbereich Ehe und Familie der Erzdiözese Bamberg statt. Weitere Informationen unter: www.institutkom.de, www.epl-kek.de



DAS GEHEIMNIS ZUFRIEDENER PAARE

*Gesprächstraining für Paare:
EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm*

Das Geheimnis glücklicher Paare ist das Gespräch. Damit Beziehungen heute Zukunft haben, ist die Art und Weise, wie die Partnerinnen und Partner miteinander umgehen, wie sie persönliche Dinge besprechen und wie sie auftauchende Probleme gemeinsam angehen, von größter Bedeutung. Mit dem Gesprächstraining (EPL) wollen wir Ihnen eine Art „Airbag“ für Ihre Partnerschaft vorstellen.

Es ist ein Angebot für Paare, die an ihrer Beziehung arbeiten wollen, weil sie ihnen wichtig ist. Das Konzept des EPL hat vor allem Paare mit einer „jungen“ Beziehungsgeschichte im Blick.

Der Kurs orientiert sich an grundlegenden Erkenntnissen der Partnerschafts- und Eheforschung und wird von zertifizierten Trainerinnen und Trainern durchgeführt. Für die Übungseinheiten steht jedem Paar ein eigener Raum zur Verfügung.

TERMINE	Samstag, 12.10. und 19.10.2019 (2x), 9 – 17 Uhr
GEBÜHR	150,- €
LEITUNG	Hannah Kirchner, Claudia Will-Beer
ANMELDUNG	bis zum 04.10.2019 erforderlich!

Das EPL wurde entwickelt und wissenschaftlich evaluiert vom Institut für Kommunikationstherapie in München. Weitere Informationen unter: www.institutkom.de, www.epl-kek.de



KEK – KONSTRUKTIVE EHE UND KOMMUNIKATION

für Paare mit längerer Beziehungserfahrung

Bei diesem Gesprächstraining steht – ähnlich wie im EPL – das partnerschaftliche Gespräch im Mittelpunkt. Das KEK-Gesprächstraining ist ein Angebot für Partnerinnen und Partner, die durch eine längere Beziehungsgeschichte miteinander verbunden sind. Die Trainerinnen und Trainer unterstützen jedes einzelne Paar individuell. Jedem Paar steht ein eigener Raum zum Üben zur Verfügung.

TERMINE	Samstag, 09. / 16. / 23.11.2019 (3x), 9 – 18 Uhr + Freitag, 22.11.2019, 19 – 22 Uhr
GEBÜHR	295,- €
LEITUNG	Gerda Gebhardt, Ingrid und Peter Schramm
ANMELDUNG	bis zum 31.10.2019 erforderlich!

Infos: www.epl-kek.de

Kinderbetreuung
ist auf Nachfrage für alle EPL-/KEK-Angebote möglich!



APL-ABENDGESPRÄCHE

Auffrischung für EPL- bzw. KEK-erfahrene Paare

Die Abende sind einzeln buchbar. Sie können Ihre Gesprächsfertigkeiten auffrischen, im Paargespräch individuelle Themen ansprechen und sich Tipps für den Beziehungsalltag holen.

Bitte beachten Sie, dass die vorherige Teilnahme an einem EPL- oder KEK-Kurs vorausgesetzt wird!

TERMINE	Montag, 23.09./ Dienstag, 15.10./ Montag, 18.11./ Donnerstag, 12.12.2019, jeweils 18.30 – 21.30 Uhr
GEBÜHR	20,- € pro Paar und Abend
LEITUNG	Gerda Gebhardt, Richard Sporrer, Anita und Thomas Alexi, Renate Nordhardt, Ingrid und Peter Schramm
ANMELDUNG	jeweils bis eine Woche vorher erforderlich!

Hinweis

Als Familienstützpunkt der Stadt Nürnberg informieren wir Sie gern auch persönlich über mögliche Angebote der Familienbildung zur Begleitung und Unterstützung Ihrer Partnerschaft. Dies kann auch im Rahmen persönlicher Treffen geschehen. Es geht dabei um Ihre Fragen, Ihr Erleben der Paarbeziehung und welches Angebot für Sie gerade am passendsten sein könnte. **Das Gesprächsangebot ist kostenlos.**



NÄHERE INFORMATION

Zoff + Harmonie
Heidemarie Neuhofer-Krauß
Tel. 0911/ 24449 492



APL-LEBENSWENDEN

Paarseminar für EPL- und KEK-erfahrene Paare

Themen, die Sie erwarten:

- Loslassen und Neubeginnen in den Blick nehmen und sich darüber austauschen
- Veränderungen im eigenen Leben betrachten (Arbeitslosigkeit, Ruhestand, Wohnortwechsel, Auszug der Kinder, Familienkonstellation oder Gesundheit,...)
- Notwendige Lösungswege partnerschaftlich finden und Absprachen gemeinsam treffen

TERMINE	Freitag, 18.10., 17.30 Uhr bis Sonntag, 20.10.2019, 13 Uhr
GEBÜHR	295,- € pro Paar (inkl. Unterkunft und Verpflegung)
ORT	Vierzehnheiligen, Diözesanhaus
LEITUNG	Gerda Gebhardt, N.N.
ANMELDUNG	Fachbereich Ehe und Familie, Bamberg; Tel.: 0951/ 502 21 05, www.familie.erzbistum-bamberg.de

Weitere ausführliche Informationen rund um die kirchliche Hochzeit und viele wichtige Links gibt es unter www.kirchlich-heiraten.info. Darunter finden Sie auch die neue App für alle Brautpaare:

EHE.WIR.HEIRATEN.
Die Hochzeits-App

Jede und jeder kann sich die App kostenlos herunterladen und erhält, inhaltlich abgestimmt auf das eingetragene Hochzeitsdatum, wöchentlich einen Impuls per Push-Benachrichtigung.



NÜRNBERGER EHEKOLLEG

Ein Impulstag für Paare, die kirchlich heiraten wollen

An diesem Tag stellen Sie sich selbst als Paar und Ihre Beziehung in den Mittelpunkt. Das Trauversprechen, das Sie sich bei der kirchlichen Trauung geben werden, bildet den „roten Faden“. Es ist die Grundlage für Ihre Gespräche und für den Austausch mit anderen Paaren.

Die Referentin und der Referent begleiten Sie mit vielfältigen Impulsen und greifen Ihre persönlichen Fragen und Anliegen auf.

Neben allen organisatorischen Vorbereitungen, die eine Hochzeit erfordert, kann dieser Tag eine Gelegenheit sein, sich bewusst Zeit zu schenken und auf das zu blicken, was Ihre Beziehung trägt.

TERMINE	Samstag, 07.09. / 05.10. / 09.11. / 07.12.2019, jeweils 10 – 17 Uhr
GEBÜHR	30,- € pro Paar inklusive Verpflegung
LEITUNG	Christine Zötzl, Günther Hartl, Stefan Gardill, Stephanie Dietze, Richard Sporrer, Gertrud Strauß, Ralf Jakob
ORT	CPH / Caritas Pirckheimer Haus, Königstraße 64, 90402 Nürnberg
ANMELDUNG	KEB Bamberg: www.keb-erzbistum-bamberg.de Telefon 0951/5022310

Veranstalter: Katholische Erwachsenenbildung im Erzbistum Bamberg e.V. In Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Ehe und Familie der Erzdiözese Bamberg.



PARTNERSCHULE

VERLIEBT...VERLOBT...VERHEIRATET...KINDER UND DANN...

*Im Fluss des Lebens –
wie ich bin und was mich geprägt hat*

Die Partnerschule vermittelt Beziehungskompetenz, damit die Liebe im Alltag nicht auf der Strecke bleibt.

Inhalte:

Selbsterfahrung:

- Die eigene Individualität verstehen lernen
- Gelebte Beziehungsmuster erkennen und verstehen lernen

Beziehungskompetenz:

- Zeit haben, sich als Paar neu zu entdecken, gelebte Beziehungsmuster erkennen und verstehen
- Neue Beziehungsmuster entwickeln, ausprobieren und einüben
- Im Miteinander mit anderen Paaren Gewohntes aus neuen Perspektiven betrachten
- Sich selbst und der Partnerin bzw. dem Partner achtsam und wertschätzend begegnen.

TERMINE	Freitag, 22.11., 18 Uhr bis Samstag, 23.11.2019, 20 Uhr
GEBÜHR	Übernachtung/Verpflegung, inclusive Kursgebühr: 220,- € pro Paar
LEITUNG	Angelika Gabler, Richard Sporrer
ORT	Tagungshaus Schloss Hirschberg, Beilngries
ANMELDUNG	Referat Ehe- und Familienpastoral, Tel.: 08421/ 50 - 668; E-mail: familie-sekretariat@bistum-eichstaett.de



FAMILIE UND BERUF

*Beratung für Mütter und Väter, die sich beruflich
(neu) orientieren*

Als Mutter oder Vater kümmern Sie sich um die Erziehung Ihres Kindes / Ihrer Kinder. Es stellt sich für Sie die Frage, in welchem Umfang wollen oder können Sie momentan arbeiten, welche Art von Berufstätigkeit kommt für Sie jetzt in Frage und wie können Sie Ihre Interessen vertreten.

Nach einer persönlichen Bestandsaufnahme formulieren Sie Ihre beruflichen Wünsche und verwandeln sie in realisierbare Ziele. Gemeinsam werden Strategien und erste Schritte zur Umsetzung entwickelt.

EIN TERMIN	wird nach Absprache vereinbart. Die Beratung kann einzeln oder in der Kleingruppe erfolgen.
GEBÜHR	Die Beratung ist kostenlos – Spenden sind willkommen.
NÄHERE INFOS	Zoff + Harmonie, Andrea Krapf, Tel. 0911/24449 510



GESTRESST IM ALLTAG? GEWINNEN UND ERHALTEN SIE GELASSENHEIT!

Entspannung und Austausch für Frauen, auch nach einem Kuraufenthalt.

„Die beste Freude ist das Wohnen in sich selbst“ (Goethe)

Wie kann das gelingen, wenn Alltag, beruflicher oder familiärer Stress die Kräfte mehr als nötig fordern oder mit körperlichen Beschwerden einhergehen oder nach einer Kur wieder zu schwinden drohen.

Mit individuell abgestimmten Übungen aus der Funktionellen Entspannung können Verspannungen abgebaut, Beschwerden gemildert und Achtsamkeit gefördert werden. Auch für das Gespräch über eigene Themen ist Zeit und Raum.

Sie können die Methode in Alltagssituationen sehr gut anwenden und sich so gestärkt und gelassen Ihren Aufgaben und dem sozialen Miteinander zuwenden und den Alltag mit möglichst viel Lebensfreude bewältigen.

TERMINE	Samstag, 16.11. / 14.12.2019 und 18.01. / 22.02. / 21.03.2020, jeweils 9.30 – 13 Uhr (5x)
GEBÜHR	50,- €
LEITUNG	Renate Ziegelhöfer

Dieses Seminar findet in Kooperation mit dem Caritasverband Nürnberg, Fachbereich Familie und Gesundheit statt.

*Kinderbetreuung
ist auf Nachfrage möglich!*



WENIGER STRESS. MEHR FREUDE.

Elternkurse und Elternabende

Kess
Kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®

„Kess-erziehen“ vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag. Der Kurs will eine Einstellung fördern, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert. Die vermittelte Erziehungshaltung ist:



„Kess-erziehen“ eröffnet Müttern und Vätern Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander.

Wir bieten in diesem Programm drei „Kesse Elternabende“ zu je 1,5 Stunden an. Auf Wunsch können auch ganze „Kess-erziehen-Kurse“ in Ihrer Kindertagesstätte durchgeführt werden.

Ein Kurs umfasst fünf Einheiten mit je 2 Stunden, die kompakt am Wochenende oder an einzelnen Abenden angeboten werden. Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, kurze Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexionen und Anregungen für die Praxis zu Hause.

INFOS & BUCHUNG Zoff + Harmonie, Andrea Krapf,
Tel. 0911/24449 510



Kess
kooperativ | vernetzt | selbst | verantwortungsvoll
erziehen®

FREIHEIT, GRENZEN, REGELN

03

2 Kesse Elternabende für Eltern mit Kindern
im Alter von 3 bis 6 Jahren

Ganz ohne Grenzen kommt Erziehung nicht aus. Ein pauschales „Nein“ wirkt oft nicht, wohl dosiert hat es mehr Erfolg. Regeln können klare Verhältnisse schaffen und Orientierung geben.

Inhalte:

- Umgang mit Freiheit und Grenzen
- Natürliche und logische Folgen
- Familienregeln
- Abkühlphasen für alle Beteiligten

TERMIN	Mittwoch, 16.10.2019, 19 – 20.30 Uhr
LEITUNG	Silke Hümmer
ORT	Kath. Kindertagesstätte St. Hedwig, Am Pfarrbaum 10, 90427 Nürnberg
ANMELDUNG	bis zum 08.10.2019 unter h.jaufmann@gkg-nbg-kita.de erforderlich!

TERMIN	Mittwoch, 16.10.2019, 19.30 – 21 Uhr
LEITUNG	Katja Potyra
ORT	Kath. Kindergarten Moorenbrunn, Rupert-Mayer-Straße 6, 90475 Nürnberg
ANMELDUNG	bis zum 08.10.2019 unter moorenbrunn@kita.bistum-eichstaett.de erforderlich!

In Kooperation mit dem Fachbereich Ehe und Familie der Erzdiözese
Bamberg und der Diözese Eichstätt



22. September 2019
10.15 – 16.30 Uhr

ÖKUMENISCHER FAMILIENTAG: „ZEITREISE IN ZIEGELSTEIN“

03

Mit Workshop aus Kess-erziehen für Eltern

Am 22. September veranstalten unter diesem Motto die Ziegelsteiner Kirchengemeinden St. Georg und Melanchton einen ökumenischen Tag von 10.15 – 16.30 Uhr zum Auftanken für die ganze Familie.

Mit einem kurzen Gottesdienst zum Auftakt, gemeinsamen Spielen, Programm in altersspezifischen Gruppen sowie einer gemeinsamen Abschlussaktion ist für Unterhaltung gesorgt. Das gemeinsame Mittagessen und Kaffeetrinken bieten Gelegenheit zum Austausch und Ausruhen.

In Kooperation mit der Familienbildung Zoff + Harmonie der Kath. Stadtkirche Nürnberg findet außerdem ein praxisnaher **Workshop für Eltern** statt:

WELLNESS IM ERZIEHUNGSALLTAG

Als Mutter oder Vater sind Sie ein wichtiges Mitglied in Ihrer Familie. In diesem Workshop nehmen Sie sich daher auch selbst in den Blick. Sie erhalten Impulse, machen praktische Übungen und tauschen sich zu folgenden Themen aus:

- Auszeiten einplanen
- Gefühle ernst nehmen
- Ermutigende Grundhaltung einnehmen
- Verantwortung abgeben

TERMIN WORKSHOP	Samstag, 22.09.2019, 13.45 – 15.15 Uhr
LEITUNG	Silke Hümmer
ORT	Gemeindehaus Melanchtonkirche, Gumbinner Str. 10, Nürnberg
ANMELDUNG WORKSHOP	bis 15. September 2019 per Mail an pfarramt.melanchthonkirche-nue@elkb.de



SHINRIN YOKU – WALDBADEN

03

Entspannungsworkshop für Eltern

Waldluft ist Medizin zum Einatmen – das haben japanische Wissenschaftler in den 80er Jahren herausgefunden und zahlreiche Studien belegen es inzwischen: der Aufenthalt im Wald kann maßgeblich zum Stressabbau beitragen und einen erheblichen Beitrag zur Gesundheit leisten.

Wir baden nicht wörtlich im Wald – es ist vielmehr mit einem Sonnenbad zu vergleichen, wir tauchen in die Atmosphäre des Waldes ein und erleben die japanische Kunst, sich mit allen Sinnen mit der Natur zu verbinden. Ohne große körperliche Anstrengungen genießen wir den entspannten Aufenthalt im Wald – im Hier und Jetzt. Mit ein paar einfachen Qi Gong-Übungen können Sie Ihren Alltagsstress loslassen, die Zeit im Wald genießen und Sorgen und Gedanken ruhen lassen.

Achtung!

Bei sehr schlechter Wetterprognose, z.B. Dauerregen, muss die Veranstaltung leider entfallen. Bitte bei der Anmeldung Handynummer angeben, damit wir Sie verständigen können!

TERMIN	Samstag, 19.10.2019, 9.30 – 11.30 Uhr
GEBÜHR	12,- € pro Person
LEITUNG	Petra Körber
TREFFPUNKT	Großparkplatz „Am Tiergarten“ am Schild „Fußweg zum Tiergarten“



DIE ELTERN ALS SICHERE BASIS UND HAFEN

03

Erkenntnisse aus der Bindungs- und Resilienzforschung für die ersten drei Lebensjahre

In einem fachlichen Input und im Austausch miteinander beschäftigen wir uns mit den zwei elementaren „Verhaltenssystemen“, mit denen unsere Babys auf die Welt kommen: Dem Bindungsverhalten und dem Explorationsverhalten.

Gemeinsam erforschen wir dabei die zugrunde liegenden Bedürfnisse nach Sicherheit einerseits und nach Erkundung, Lernen, Selbstständigkeit andererseits. Wir gehen den Fragen nach:

- wie wir als Eltern unsere Kinder bei der Regulierung ihrer Bedürfnisse unterstützen können,
- wie unsere Kinder stark und lebensstüchtig werden, ihre Potenziale entfalten und gut durchs Leben kommen
- und was wir als Eltern für sichere, wertschätzende Beziehungen beitragen können.

TERMIN	Donnerstag, 14.11.2019, 19.30 – 21 Uhr
GEBÜHR	5,- €
LEITUNG	Heidemarie Neuhofer-Krauß



KANGATRaining

Workout für Mütter mit Baby

04

Kangatraining ist ein Workout für Mütter – die nach der Geburt wieder fit werden möchten. Das Training kann parallel zum oder nach dem Rückbildungskurs gestartet werden. Es ist sowohl auf die Bedürfnisse der Mütter als auch der Babys abgestimmt. Das Training dient der Verbesserung der Herz-Kreislauf-Ausdauer, Flexibilität und muskulären Ausdauer: Tiefe Bauchmuskeln, Beckenboden und Gesäß werden trainiert. Auch Übungen für die Brustmuskulatur gehören dazu.

Beim Kangatraining wird darauf geachtet, dass die Babys gesund getragen werden. Eng bei der Mutter genießt das Kind das Training als Kuschelstunde. Während des Trainings sitzen die Kinder/ Babys in der korrekten Anhock-Spreiz-Haltung im Tragetuch oder Trage. Dadurch wird auch die richtige Hüfttiefe des Kindes unterstützt. Die Bewegungen der Mutter führen auch bei unruhigen Kindern schnell zur Entspannung und sie schlafen dabei oft ein.

Wichtige Hinweise

- Kangatraining kommt für Mütter 2 Monate nach einer normalen Entbindung bzw. 3 Monate nach einem Kaiserschnitt in Frage. Die Gynäkologische Abschlussuntersuchung sollte bereits gewesen sein.
- Bitte mitbringen: Wasser, bequeme Sportkleidung (Schuhe sind nicht nötig), Spuck- und Handtuch, Extrabody für das Baby und unbedingt gute Laune.
- Wer eine Trage oder ein Tragetuch hat, kann es mitbringen, andernfalls kann es auch kostenlos für das Training bei der Kursleiterin geliehen werden.

TERMINE Dienstag, 15.10. – 19.11.2019 (6x), 11.30 – 13 Uhr
(nicht am 29.10.)

GEBÜHR 48,- €

LEITUNG Angelika Nirschl



MUSIKALISCHE ENTDECKUNGSREISE

Für Mütter / Väter und Kinder (1 – 2 Jahre)

04

Viele Studien belegen, wie positiv sich die Musik auf die Entwicklung und Förderung von Kindern auswirkt.

Bei diesem Gruppenangebot können Sie mit Ihrem Kind erleben, welche Geräusche der Wind, der Regen oder die Blätter machen. Gemeinsames Singen und Tanzen, unterschiedliche Rhythmen am eigenen Körper erleben oder einfache Musikinstrumente ausprobieren – das macht Erwachsenen und Kindern Spaß! Abgerundet wird das Ganze durch Klanggeschichten, zu denen mit unterschiedlichen klanglichen Möglichkeiten experimentiert werden kann.

TERMINE Freitag, 11.10. – 06.12.2019 (8x), 11 – 12 Uhr
(nicht am 01.11.)

GEBÜHR 48,- €

LEITUNG Simona Dude

Die Kursgebühr bezieht sich auf eine/n Erwachsene/n mit einem Kind. Bei zwei Kindern erhöht sich die Kursgebühr um 50 %.



ELTERN-KIND-TURNEN

Für Mütter / Väter und Kinder (2 – 3 Jahre)

04

Beim Eltern-Kind-Turnen haben Eltern und Kinder viel Spaß beim gemeinsamen Sich-Bewegen und Ausprobieren der verschiedensten Turngeräte. Spielerisch erfahren die Kinder vielfältige Möglichkeiten ihres Körpereinsatzes. Ebenso tragen rhythmische Elemente und Sinnesübungen zu einer gesteigerten Körperwahrnehmung und zu einer Förderung der kindlichen Entwicklung bei.

TERMINE	Mittwoch, 25.09. – 27.11.2019 (9x), jeweils 16.30 – 17.30 Uhr (nicht am 30.10.)
GEBÜHR	54,- € (1 Elternteil + 1 Kind), je weiteres Kind 27,- €
LEITUNG	Harald Pitsch und Amelie Bertsch
ORT	Kindergarten St. Josef, Georg-Strobel-Str. 34 c, 90489 Nürnberg
ANMELDUNG	www.zoff-harmonie.de



PEKIP (PRAGER ELTERN-KIND-PROGRAMM)

Eine Entwicklungsbegleitung für Mütter / Väter mit Kindern von der 6. Lebenswoche bis zum 1. Geburtstag

04

Schon wenige Wochen, nachdem ein Kind geboren ist, wächst in ihm ein Bedürfnis nach neuen Erfahrungen und Anregungen.

Das Prager Eltern-Kind-Programm will Ihnen die Möglichkeit geben, Ihr Kind in jeder Entwicklungsphase bewusster zu erleben und es durch Spiel und Bewegung individuell anzuregen. In den Gruppenstunden sind die Babys im gut geheizten Raum nackt, damit sie sich freier bewegen können.

Im Kontakt mit Gleichaltrigen machen die Babys erste soziale Erfahrungen. Im Gespräch haben Sie als Eltern die Möglichkeit, sich über Erfahrungen auszutauschen und wichtige Themen zu besprechen.

Auch entwicklungsverzögerte und behinderte Kinder sind herzlich willkommen.

➤ **Bitte bringen Sie ein Handtuch für Ihr Kind sowie leichte Bekleidung und Socken für sich selbst mit!**

➤ **PEKiP-Kurse werden von manchen Krankenkassen bezuschusst. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse!**

➤ In **Fortsetzerkursen** sind Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger herzlich willkommen, soweit Plätze frei sind.

➤ Die **Kursgebühr** bezieht sich bei den PEKiP-Kursen auf eine/n Erwachsene/n mit einem Kind.

➤ Wenn Sie mit **Zwillingen** teilnehmen wollen, empfehlen wir unser neues Angebot speziell für diese Zielgruppe.



TERMINE | PEKIP (PRAGER ELTERN-KIND-PROGRAMM)

neu

PEKIP FÜR MÜTTER/VÄTER
GEBOREN MÄRZ – JULI 2019

mit Zwillingen

TERMINE	Montag, 23.09. – 09.12.2019 (11x), 12.30 – 14 Uhr (nicht am 28.10.)
GEBÜHR	104,50 €, mit Nürnberg-Pass kostet dieser Kurs durch Zuschüsse der KOKI-Stelle 15 €
LEITUNG	Uta Kuntz-Gärber

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Koordinationsstelle
Frühe Hilfen – Stadt Nürnberg statt.

FÜR MÜTTER/VÄTER MIT BABYS
GEBOREN APRIL – JUNI 2019 (NEU)

TERMINE	Montag, 23.09. – 09.12.2019 (11x), 10.45 – 12.15 Uhr (nicht am 28.10.)
GEBÜHR	104,50 €
LEITUNG	Uta Kuntz-Gärber

FÜR MÜTTER/VÄTER MIT BABYS
GEBOREN JUNI – AUGUST 2019 (NEU)

TERMINE	Montag, 23.09. – 09.12.2019 (11x), 9 – 10.30 Uhr (nicht am 28.10.)
GEBÜHR	104,50 €
LEITUNG	Uta Kuntz-Gärber

neu



MAMA/PAPA-BABY-GRUPPEN

Entwicklungsbegleitung mit Elementen aus dem **PEKiP**-Konzept (Prager Eltern-Kind-Programm) und aus dem **FenKid**-Konzept (Frühe Entwicklungsbegleitung von Kindern)

Aufbauend auf den Erfahrungen der Bindungstheorie und den Erkenntnissen der Forschung zu frühkindlicher Bildung steht die Entwicklung des Kindes im Vordergrund. Sie werden als Eltern unterstützt, Ihr Kind wahrzunehmen und bei Fragen und Problemen den Blickwinkel zu wechseln und zu betrachten, was es z. B. aus der Sicht des Kindes bedeuten könnte.

FÜR MÜTTER/VÄTER MIT BABYS
GEBOREN DEZEMBER 2018 – FEBRUAR 2019 (NEU)

TERMINE	Mittwoch, 06.11. – 11.12.2019 (6x), 11 – 12.15 Uhr
GEBÜHR	57,- €
LEITUNG	Sabine Zieger

FÜR MÜTTER/VÄTER MIT BABYS
GEBOREN MÄRZ – MAI 2019 (NEU)

TERMINE	Mittwoch, 06.11. – 11.12.2019 (6x), 9.15 – 10.30 Uhr
GEBÜHR	57,- €
LEITUNG	Sabine Zieger



04

Hinweis

HABEN SIE FRAGEN ZUR ERZIEHUNG IHRES KINDES?

Als Mitarbeiterinnen eines Familienstützpunktes der Stadt Nürnberg können Sie uns auch auf Ihre individuellen Fragen zur Erziehung hin ansprechen. Wir unterstützen Sie bei der Suche nach einem passenden Angebot der Familienbildung bzw. einer individuellen Lösung in einem oder mehreren persönlichen Gesprächsterminen.

NÄHERE INFORMATION

Zoff + Harmonie,

Andrea Krapf, Tel. 0911/ 2444 9 510;

Heidemarie Neuhofer-Krauß, Tel. 0911/ 2444 9 492



Foto: Jean Kobben, fotolia.com



04

„SCHRITTE INS LEBEN“ ELTERN-KIND-GRUPPEN

Für Mütter / Väter mit Kindern ab einem Jahr

Hier treffen sich Mütter bzw. Väter mit ihren Kindern. In diesem Rahmen wollen wir miteinander spielen und beobachten, Freundschaft schließen, (zusammen-)wachsen, Konflikte austragen, Erfahrungen sammeln.

Bei altersgemäßen Spielangeboten, Liedern und Aktionen, bei denen die Erwachsenen in die Erlebniswelt der Kinder miteinbezogen werden, haben wir viel Spaß miteinander. In der Gruppe wollen wir Gemeinsamkeit erleben. Auch das Gespräch der Erwachsenen über Themen, die ihnen am Herzen liegen, soll nicht zu kurz kommen.

Auch entwicklungsverzögerte und behinderte Kinder sind herzlich willkommen.

TERMINE	Dienstag, 24.09. – 10.12.2019 (11x), 9 – 10.30 Uhr (nicht am 29.10.)
GEBÜHR	88,- €
LEITUNG	Sandra Brandes

Die Kursgebühr bezieht sich auf eine/n Erwachsene/n mit einem Kind. Bei zwei Kindern erhöht sich die Kursgebühr um 50 %.

Papa+ICH

ANGEBOTE FÜR
VÄTER UND IHRE KINDER

NATURFORSCHER

Für Väter mit Kindern (2 – 6 Jahre)

04

Kinder mögen Bewegung an frischer Luft. Sie sind von Natur aus neugierig und wollen ihre Umwelt mit allen Sinnen begreifen. An den Samstagvormittagen wollen wir uns von der Neugier der Kinder anstecken lassen, gemeinsam auf Entdeckungstour gehen und die Sinne schärfen für die Wunderwerke der Natur um uns herum. Wir wollen Spaß haben an Bewegung, gemeinsam spielen und auch mit anderen Vätern ins Gespräch kommen.

Achtung! Wir gehen bei jedem Wetter in den Wald (Ausnahme: Gewitter oder amtliche Warnungen)! Daher sind wettergerechte Kleidung, z.B. Langarm wegen Zecken und festes Schuhwerk unbedingt erforderlich!

Kurs 1: „Wir bauen den Tieren eine kunstvolle Krippe!“

Aus bunten Blättern, Bucheckern und anderen Fundsachen aus dem herbstlichen Wald gestalten wir ein „Landart-Mandala“ – für Tiere lecker und für Menschen ein Augenschmaus!

TERMINE Samstag, 09.11./ 16.11.2019 (2x), 10 – 12 Uhr

GEBÜHR 24,- €, je weiteres Kind 12 €

Kurs 2: „Wir feiern Advent im Wald!“ Wir stimmen uns im Winterwald auf den Advent ein. Wir sammeln Materialien, spielen und bringen den Waldtieren eine Überraschung mit!

TERMIN Samstag, 07.12.2019 (1x), 10 – 12 Uhr

GEBÜHR 12,- €, je weiteres Kind 6 €

LEITUNG David Schmierer

TREFFPUNKT Endhaltestelle Straßenbahnlinie 5 (Tiergarten)

Papa+ICH

ANGEBOTE FÜR
VÄTER UND IHRE KINDER

„ABENTEUER WALD“

Für Väter mit Kindern (6 – 10 Jahre)

Ein Kooperationsprojekt mit dem Bund
Naturschutz Nürnberg

04

Wo, wenn nicht im Wald, weht der Hauch von Abenteuer durch das Geäst? Diesem Abenteuergefühl spüren wir nach und werden zu Abenteurern und Waldentdeckern!

Wir gehen auf Spurensuche, lernen die Lebewesen des Waldes kennen, bauen Hütten und errichten Lager, schnitzen Wanderstöcke – kurz: Wir erleben den Wald und seine Schönheit in all seinen Facetten. Jede Jahreszeit hat im Wald ihren ganz eigenen Reiz. Deswegen treffen wir uns einmal im Monat und erleben, wie sich der Wald im Laufe des Jahres wandelt.

Also, auf in den Wald!

Achtung! Wir gehen bei jedem Wetter in den Wald (Ausnahme: Gewitter oder amtliche Warnungen)! Daher sind wettergerechte Kleidung, z.B. Langarm wegen Zecken und festes Schuhwerk unbedingt erforderlich!

TERMINE Samstag, 28.09./ 19.10./ 23.11.2019 (3x),
14.30 – 16.30 Uhr

GEBÜHR 36,- € (Vater + 1 Kind), je weiteres Kind 18,- €

LEITUNG Sabine Ratzel

TREFFPUNKT Endhaltestelle Straßenbahnlinie 5 (Tiergarten)

In Kooperation mit:





ELTERN-KIND-TROMMEL-KURS

Für Mütter und Väter mit Kindern
im Alter von 5 – 8 Jahren

04

Der Workshop ist ein Angebot für Eltern, die mit viel Spaß gemeinsam mit ihren Kindern Musik machen wollen:

- ... wir trommeln mit afrikanischen Hand- und Stocktrommeln
- ... wir lernen einfache afrikanische Trommelbegleitungen
- ... wir vertiefen mit Klatsch- und Singspielen die Rhythmen

Die Kinder lernen sich aktiv an einem musikalischen Geschehen zu beteiligen. Im Wechsel zwischen eigenem Spiel und Zuhören bilden sich individueller Ausdruck, Gemeinschaftsgefühl, aber auch Selbstvertrauen und Spielfreude.

*Hand- und Stocktrommeln sowie andere Rhythmusinstrumente werden **ohne Zusatzkosten** bereitgestellt.*

TERMINE	Samstag, 19.10./ 26.10.2019 (2x), 14 – 15.30 Uhr
GEBÜHR	16,- € (1 Elternteil + Kind), je weiteres Kind 8 €
LEITUNG	Klaus Keller
ORT	Studio in Gostenhof



ZUSAMMEN MIT THERAPIEHÜNDIN BLISS

Für 1 Elternteil mit Kind (3 – 6 Jahre)



Foto: Petra Körber

04

Er gehört zu unserer Gesellschaft und überall begegnen wir des Deutschen liebsten Haustier: dem Hund. Im Rahmen dieses Kurses lernen wir die „Sprache“ der Hunde und erfahren, wie wir uns ihnen gegenüber am besten verhalten.

- Freut sich ein Hund immer, wenn er mit dem Schwanz wedelt?
- Was möchte mir der Hund sagen, wenn er sich dauernd die Schnauze leckt?
- Wie reagiere ich, wenn ein fremder Hund auf mich zugerannt kommt und mich anbellt?

Wir besprechen wichtige Regeln im Umgang mit dem Hund auf kindgerechte Weise. Es begleitet uns „Bliss“, eine 6jährige Golden Retriever Hündin. Bliss hat ihre Prüfung zum Begleithund erfolgreich abgelegt und ist als Therapiehund bei Kindern und im Seniorenheim im Einsatz. Mit Bliss zusammen entdecken wir die Schönheit des Waldes und die jahreszeitlichen Veränderungen. Wir spielen auf unserem Waldplatz und basteln mit den Materialien der Umgebung schöne Dinge für zu Hause.

Achtung! Wir gehen bei jedem Wetter in den Wald (Ausnahme: Gewitter oder amtliche Warnungen)! Daher sind wettergerechte Kleidung, z.B. Langarm wegen Zecken und festes Schuhwerk unbedingt erforderlich!!

TERMINE	Dienstag, 24.09. – 22.10.2019 (5x), 15.45 – 17.45 Uhr
GEBÜHR	60,- € (1 Elternteil + 1 Kind), je weiteres Kind 30,- €
LEITUNG	Petra Körber
TREFFPUNKT	Bushaltestelle „Akademie der Bildenden Künste“ der Linie 45



BEWEGUNGS(T)RAUM WALD

Kletter- und Spielaktion für Eltern und Kinder
im Alter von 3 – 6 Jahren



Seilspielelemente sind eine hervorragende Möglichkeit, dem natürlichen Bedürfnis von Kindern nach Bewegung, Klettern und dem Erproben und Steigern der eigenen Kräfte nachzukommen.

Mit speziellen Seilen und Knotentechniken entsteht ein Bewegungsraum zwischen den Bäumen, der mit allen Sinnen im eigenen Tempo erschlossen werden kann.

Kinder haben Spaß daran, die horizontalen und vertikalen Ebenen der Kletterlandschaft zu erforschen. Sie hupsen und wackeln miteinander um die Wette. Fast nebenbei entwickeln sich Kraft und Körperspannung, Ausdauer, Geschicklichkeit, Gleichgewichtssinn, Mut, Sozialverhalten und Rücksichtnahme.

Auf den Spielgeräten dürfen sie frei wählen, wie hoch sie schaukeln oder klettern wollen. Die Eltern geben Hilfestellung und können sich auch selbst erproben.

Achtung! Bitte auf wettergerechte Kleidung und festes Schuhwerk achten und Getränke mitbringen! Jedes Kind benötigt eine erwachsene Begleitperson.

TERMIN	Freitag, 11.10.2019, 15 – 18 Uhr
GEBÜHR	18,- €
LEITUNG	Petra Körber
ORT	Großparkplatz „Am Tiergarten“ am Schild „Fußweg zum Tiergarten“



GESPRÄCHSRUNDE FÜR ELTERN

nach dem frühen Tod eines Kindes

Die Trauer um das verlorene Kind betrifft beide Elternteile und wirkt sich auch auf die Paarbeziehung aus.

Männer erleben und verarbeiten den Verlust anders als Frauen.

Wir laden nach Absprache an einem Samstagnachmittag zu einer gemeinsamen Gesprächsrunde ein.

LEITUNG	Christine Maek, Richard Sporrer
ORT	Zoff + Harmonie
INFOS & ANMELDUNG	Christine Maek, Hebamme Tel. 0911/47 10 84, E-Mail christine@maek.de

GESPRÄCHSGRUPPE FÜR VÄTER FRÜHVERSTORBENER KINDER

Ein Termin wird in unregelmäßigen Abständen bei genügend Interessenten (vier bis sechs Teilnehmer) vereinbart.

NÄHERE INFORMATIONEN

Richard Sporrer, Familientherapeut
Tel. 0911/66 17 81, E-Mail richard.sporrer@googlemail.com



HERZENSKINDER

Andacht für verwaiste Eltern

Die Andacht ist gedacht für alle, die vom Tod eines Kindes (auch Fehl- oder Totgeburt) betroffen sind.

WANN?	Jeden 1. Donnerstag eines geraden Monats jeweils 19.30 Uhr
NÄCHSTE TERMINE	03.10./ 05.12.2019
ORT	Offene Kirche St. Klara, Königstraße 64, 90402 Nürnberg

RÜCKBILDUNGSKURS FÜR FRAUEN

Nach Fehl- oder Totgeburt und nach dem frühen Tod eines Neugeborenen

NÄHERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG
Christine Maek, Hebamme, Tel. 0911/47 10 84



WAS IST LOS MIT DIR? TUT DAS WEH?

Bücher und Medien zum Umgang mit Krankheiten für das Kindergarten- und Grundschulalter

Ist ein Familienmitglied krank, steht der Alltag Kopf. Ganz besonders für ein Kind kann diese Situation verwirrend oder beängstigend sein.

Der Großvater erkrankt an Demenz, ein Elternteil an Depressionen, eines der Geschwister lebt mit einer Behinderung, die Freundin im Kindergarten hat Diabetes Da gibt es viele Fragen!

Wir möchten Ihnen mit ausgewählten Büchern helfen, mit den Kindern über das Thema ins Gespräch zu kommen. Mit Hilfe geeigneter Medien können Kinder lernen, Ängste zu überwinden und ein vorurteilsfreier Umgang wird möglich.

TERMIN	Montag, 14.10.2019, 19 – 20.30 Uhr
GEBÜHR	Die Veranstaltung ist kostenlos.
LEITUNG	Sr. Christine Hirsch, Annette Frank, Elisabeth Bauch
ORT	Paulus Buchhandlung (am Weißen Turm), Jakobsplatz 7a, 90402 Nürnberg
ANMELDUNG	bis zum 04.10.2019 bei Zoff + Harmonie!

In Zusammenarbeit mit:



Hinweis

Weitere Informationen, Angebote und Hinweise rund um das Thema „Trauer“ im Erzbistum Bamberg und darüber hinaus finden Sie unter:

www.trauerbegleitung.erzbistum-bamberg.de



AUF DEN SPUREN DES BIBERS

Für Kinder der Maria Ward Ganztagesbetreuung
von der 1. – 4. Klasse

Vor über 100 Jahren ist es ausgestorben – das größte europäische Nagetier. Die Menschen liebten sein Fell und die Mönche bereiteten es zur Fastenzeit als „Fischgericht“ zu. Heute ist es geschützt und scheu und lebt in freier Wildbahn auch an der Pegnitz.

Kommt mit auf eine kleine Exkursion! Es gibt viel zu entdecken!

TERMINE Freitag, 25.10.2019, 14 – 16 Uhr

GEBÜHR 6,- €

LEITUNG Heide Werner

Achtung!

Bitte auf wettergerechte Kleidung achten!
Es können max. 15 Kinder teilnehmen!



In Kooperation mit der Offenen
Ganztagesschule der Maria Ward Schulen



VERANSTALTUNGEN FÜR KITAS, SCHULEN, EINRICHTUNGEN IN NÜRNBERG

Wir kommen mit konkreten Veranstaltungen
auch zu Ihnen vor Ort.

Themen könnten zum Beispiel sein:

1 ELTERNKURSE KESS-ERZIEHEN (5 ABENDE)

„Kess-erziehen“ vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag. Der Kurs will eine Einstellung fördern, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert. Die vermittelte Erziehungshaltung ist:



„Kess-erziehen“ eröffnet Müttern und Vätern Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander. Es stehen folgende „Kess-erziehen“ Elternkurse zur Verfügung:

- Für Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 2 Jahren
- Für Eltern von Kindern im Alter von 3 bis 10 Jahren
- Abenteuer Pubertät
- Staunen. Fragen. Gott entdecken.

INFORMATION UND KURSBUCHUNG

Zoff + Harmonie, Andrea Krapf, Tel. 0911/24449 510

Wir überlegen gerne mit Ihnen zusammen, wie wir mit Ihrer Pfarrei oder Ihrer KiTa kooperieren können. Vielleicht haben Sie eigene Themenwünsche.
Sprechen Sie uns an!



2 KESSE ELTERNABENDE

Wir bieten Ihnen vier thematische Elternabende für Kindertagesstätten zur Auswahl an. Wir vermitteln dann eine kompetente Referentin bzw. einen kompetenten Referenten, erstellen für Sie das Werbematerial und übernehmen die Abrechnung.

Wenn Sie als Mutter oder Vater Interesse an einem dieser Elternabende haben, sprechen Sie doch einfach Ihre KiTa - Leitung bzw. den Elternbeirat an!

THEMA 1 Freiheit, Grenzen, Regeln

Ganz ohne Grenzen kommt Erziehung nicht aus. Ein pauschales „Nein“ wirkt oft nicht, wohl dosiert hat es mehr Erfolg. Regeln können klare Verhältnisse schaffen und Orientierung geben.

THEMA 2 Geschwister

Das Zusammenleben mit mehreren Kindern in einer Familie ist eine besondere Herausforderung und eine Chance für Kinder und Eltern.

THEMA 3 Wie Kinder die Welt entdecken und was Eltern dazu beitragen können

Kinder wollen die Welt begreifen, wollen wissen, wie etwas funktioniert und auch warum alles so ist, wie es ist. Wie können Eltern auf die vielen großen und kleinen Fragen des Kindes reagieren? Manchmal gar nicht so leicht... Was können sie zur seelischen Entwicklung ihres Kindes beitragen?

THEMA 4 Wellness im Erziehungsalltag

Sie als Mutter oder Vater sind ein wichtiges Mitglied in Ihrer Familie. Nehmen Sie sich selbst in den Blick und gönnen Sie sich eine Auszeit vom Erziehungsalltag! Tun Sie das mit einem ruhigen Gewissen, denn nur so können Sie danach gestärkt wieder Ihre Erziehungsaufgaben wahrnehmen!



GESAMT-	60,- € für einen Elternabend
KOSTEN FÜR	inkl. Plakate und Handzettel zur Bewerbung
DIE KITA	in Ihrer Einrichtung
DAUER	1,5 Stunden
TERMIN	nach Absprache frei wählbar
INFOS & BUCHUNG	Zoff + Harmonie, Andrea Krapf, Tel. 0911/24449 510

Die Kessen Elternabende finden in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Ehe und Familie im Erzbistum Bamberg und der Diözese Eichstätt statt.

Weitere Veranstaltungen für KiTas, Schulen und Einrichtungen in Nürnberg:

3 EINZELNE THEMENABENDE

(z. B. Grenzen setzen, Bindung, Partnerschaft, familiäre Umbrüche meistern)

4 ELTERN-KIND-AKTIONEN

wie z. B. die biblische Mal-Zeitreise und Schutzpatron in 3D

5 INITIIEREN OFFENER ANGEBOTE

wie z. B. Familienfrühstück

6 WORKSHOP FÜR ELTERN ZUR VEREINBARKEIT VON BERUF UND FAMILIE, ZUR WORK-LIFE-BALANCE

7 INFOABEND ÜBER EPL/KEK-GESPRÄCHSTRAININGS FÜR PAARE



Hinweise

FÜR ELTERN-KIND-GRUPPENLEITERINNEN UND GRUPPENLEITER

Zoff + Harmonie unterstützt und fördert Eltern-Kind-Gruppen durch **Fortbildungen für Leiterinnen und Leiter** sowie durch kostenlose Beratung vor Ort.

Sie dürfen sich gerne mit Themenwünschen an uns wenden.

Eingerichtet von der Katholischen Erwachsenenbildung gibt es in Nürnberg zusätzlich eine Regionalstelle der Eltern-Kind-Arbeit. Die Ansprechpartnerin Frau Simone Dorn-Ettl, hat ihren Sitz in der Geschäftsstelle, Königstraße 64. Dort ist sie montags und mittwochs zwischen 9 und 12 Uhr direkt für Sie erreichbar.

Telefon: 0911/99 28 74 68

E-mail: familienbildung@keb-nuernberg.de



Foto: drubig-photo, fotolia.com



BABYSITTER MIT „ZERTIFIKAT“

Lehrgang für Jugendliche (ab 15 J.) und Erwachsene

Die Babysitterausbildung ist ein wichtiger Baustein im Rahmen unseres Unterstützungsangebots, besonders für Familien mit kleinen Kindern und Teil eines notwendigen Netzwerks in der heutigen Gesellschaft. Im Verlauf des Ausbildungskurses werden folgende Kenntnisse vermittelt, die für die Betreuung von Kindern nötig und hilfreich sind:

- › Motivationsklärung
- › kindliche Entwicklung
- › Säuglingspflege
- › rechtliche Fragen (Rechte und Pflichten einer Babysitterin und eines Babysitters)
- › Spiele und Aktivitäten mit Kindern
- › grundlegendes Wissen in Erster Hilfe am Kind
- › Erstgespräch und Erster Einsatz

Hinweis

Um das „Zertifikat“ zu erhalten, ist die Teilnahme an allen Terminen erforderlich.

TERMIN Die nächste Babysitterausbildung findet wieder im **Frühjahr 2020** statt!

Gefördert von:



Jugendamt

Unser Veranstaltungsprogramm wird gefördert mit Mitteln des Jugendamtes der Stadt Nürnberg.



ZOFF + HARMONIE

ist einer von sieben Familienstützpunkten der Stadt Nürnberg und wird gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales.

Als Familienstützpunkt der Stadt Nürnberg helfen wir Ihnen gerne bei der Suche nach einem passenden Angebot der Familienbildung und bieten eine unkomplizierte Erstberatung rund um Fragen zu Familie und Erziehung an.

PÄDAGOGISCHE LEITUNG



Andrea Krapf

- Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
- Supervisorin DGSv
- Systemische Familientherapeutin DGSF



Heidemarie Neuhofer-Krauß

- Dipl.-Sozialpädagogin (FH)



Fotos: Stephan Minx

SEKRETARIAT

Ute Jaksch

- Verwaltungsangestellte

UNSERE KOOPERATIONSPARTNER IN DIESEM PROGRAMM

AG Familienbildung des Jugendamts

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Fürth

Bündnis für Familie der Stadt Nürnberg

BUND Naturschutz Nürnberg

Caritasverband Nürnberg e.V.: Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern; Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen; Fachberatung für katholische Kindertagesstätten; Fachbereich Familie und Gesundheit

Diözesane Arbeitsgemeinschaft für Familie
(<https://alles-fuer-familien.kirche-bamberg.de/>)

Ehe- und Familienpastoral der Diözese Eichstätt

Fachbereich Ehe und Familie in der Abteilung Erwachsenenpastoral des Erzbischöflichen Ordinariats Bamberg

Familienbund der Katholiken im Erzbistum Bamberg

Jugendamt der Stadt Nürnberg

KAB Bildungswerk Eichstätt e.V.

Kath. Erwachsenenbildung im Erzbistum Bamberg e.V.

Kath. KiTa St. Hedwig, Nürnberg

Katholisches Stadtbildungswerk Nürnberg e.V.

Kath. Kindergarten St. Joseph, Nürnberg

Kath. Kindergarten Moorenbrunn, Nürnberg

Koordinationsstelle Frühe Hilfen-Stadt Nürnberg

Kolpingwerk Diözesanverband Eichstätt e.V.

Landesarbeitsgemeinschaft Bayerischer Familienbildungsstätten e.V.

Maria-Ward-Schule Nürnberg

Melanchtonkirche, Nürnberg

Netzwerk Trauerarbeit Nürnberg

Offene Ganztagsbetreuung der Maria Ward Schulen Nürnberg

Paulus Buchhandlung Nürnberg

Pfarrei St. Georg, Nürnberg

Runder Tisch „Väter in Nürnberg“

Schulreferat der Katholischen Stadtkirche Nürnberg

KURSLEITERINNEN UND KURSLEITER, REFERENTINNEN UND REFERENTEN

August bis Dezember 2019

* **Alexi, Anita**, EPL- und KEK-Trainerin * **Alexi, Thomas**, EPL- und KEK-Trainer * **Bauch, Elisabeth**, Buchhändlerin * **Brandes, Sandra**, Sozialpädagogin (Bachelor) * **Dietze, Stephanie**, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Referentin für Ehevorbereitung * **Dude, Simona**, Kirchenmusikerin, Chorleiterin * **Frank, Annette**, Buchhändlerin * **Gabler, Angelika**, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Partnerschule-Trainerin * **Gardill, Stefan**, Dipl.-Religionspädagoge (FH), Gemeindereferent * **Gebhardt, Gerda**, Erwachsenenbildnerin, EPL- und KEK-Trainerin * **Hartl, Günther**, Dipl.-Sozialpädagoge (FH), Dipl.-Verwaltungswirt * **Hirsch, Sr. Christine**, Buchhändlerin * **Hümmer, Silke**, zertifizierte Kess-Kursleiterin * **Jakob, Ralf**, Dipl. Sozialwirt univ. * **Keller, Klaus**, Referent für Rhythmus- und Trommelkurse * **Kirchner, Hannah**, EPL-Trainerin * **Körber Petra**, Facherzieherin für Natur- und Waldpädagogik, Therapiehundeführerin * **Krapf, Andrea**, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Supervisorin DGSv, Systemische Familientherapeutin DGSF * **Kuntz-Gärber, Uta**, Erzieherin, PEKiP-Kursleiterin * **Maek, Christine**, Hebamme * **Neuhofer-Krauß, Heidemarie**, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), EPL- und KEK Trainerin, zertifizierte SIBE-Referentin * **Nirschl, Angelika**, zertifizierte Kangatrainerin * **Nordhardt, Renate**, Anwältin und Mediatorin, EPL-, SPL-Kursleiterin * **Pitsch, Harald**, Übungsleiter * **Potyra, Katja**, Dipl.-Religionspädagogin, zertifizierte Kess-Kursleiterin * **Ratzel, Sabine**, Dipl. Biologin, Bildungsreferentin * **Schmierer, David**, Sozialpädagoge (Bachelor) * **Schramm, Ingrid**, EPL- und KEK-Trainerin * **Schramm, Peter**, EPL- und KEK-Trainer * **Sporrer, Richard**, Dipl.-Theologe, Pastoralreferent, Familientherapeut * **Strauß, Gertrud**, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), EPL- und KEK-Trainerin * **Wagner, Nicole**, Sozialarbeiterin B.A., Pekip-Kursleiterin * **Werner, Heide**, Umweltpädagogin, Märchen-erzählerin * **Will-Beer, Claudia**, EPL-Trainerin * **Ziegelhöfer, Renate**, Dipl. Psychologin, psychologische Psychotherapeutin, zertifizierte Kursleiterin für funktionelle Entspannung * **Zieger, Sabine**, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Pekip-Kursleiterin * **Zötzl, Christine**, Dipl.-Religionspädagogin (FH), Gemeindereferentin

ANMELDUNG



Harmonie

Familienbildung der Katholischen Stadtkirche
Vordere Sternngasse 1, 90402 Nürnberg

... oder über
WWW.ZOFF-HARMONIE.DE

NAME / VORNAME

GEBURTSDATUM

STRASSE

PLZ/ORT

TELEFON

E-MAIL

KURS-TITEL

GGF. NAME DES KINDES

GGF. GEBURTSDATUM DES KINDES

- ☐ Meiner Anmeldung liegt eine Einzugsermächtigung bei
- ☐ Ich zahle bar (nur bei persönlicher Anmeldung möglich)

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die
Teilnahmebedingungen und die Datenschutzerklärung an.**

Die Datenschutzerklärung finden Sie unter

<https://zoff-harmonie.de/kontakt/datenschutz>

DATUM / UNTERSCHRIFT

NEWSLETTER

Um Sie in unseren Newsletter-Verteiler aufzunehmen, benötigen wir eine Bestätigung, dass Sie mit dem Empfang des Newsletters einverstanden sind. Die erhobenen Daten dienen nur der Versendung des Newsletters und der Dokumentation Ihrer Zustimmung. Eine andere Verarbeitung oder Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Sie können den Newsletter und die Einwilligung zur Speicherung der Daten jederzeit widerrufen.

Weitere Informationen?

- ☐ **Ja**, ich möchte regelmäßig über Folgekurse und Veranstaltungen von Zoff + Harmonie per E-Mail informiert werden.
- ☐ **Nein**, ich möchte keine/nicht mehr regelmäßige Informationen von Zoff + Harmonie per E-Mail erhalten.

EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige **Zoff+Harmonie**, die zu entrichtende Kursgebühr mittels SEPA-Lastschrift-Mandat einzuziehen. Die Abbuchung erfolgt nach Kursbeginn am 5. des Folgemonats.

Im Falle eines Rücktritts gilt die Einzugsermächtigung für die anfallende Rücktrittsgebühr.

Gläubiger-ID: DE9007100000153646

DE
IBAN

BIC

BANK

KONTOINHABERIN / KONTOINHABER

NAME

VORNAME

DATUM / UNTERSCHRIFT

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn erforderlich.
Sie können sich über unsere Homepage, mit unserem Formular schriftlich oder persönlich anmelden.

SIE KÖNNEN BEZAHLEN:

- durch Bankeinzug per SEPA-Lastschrift-Mandat
- durch Barzahlung (nur bei persönlicher Anmeldung!)

Die Kursgebühr ist bei der Anmeldung zu entrichten bzw. wird nach Kursbeginn am 5. des Folgemonats per Lastschrift eingezogen. Kosten, die durch fehlerhafte Angaben bei der Bankverbindung oder nicht ausreichende Kontendeckung entstehen, gehen zu Lasten des Kontoinhabers / der Kontoinhaberin.

RÜCKZAHLUNG / RÜCKTRITT

Ein kostenfreier Rücktritt ist bis 3 Wochen vor Kursbeginn möglich. Bei einem Rücktritt

- ab 3 Wochen vor Kursbeginn werden 40 %
- ab 1 Woche vor Kursbeginn werden 80 % der Kursgebühr erhoben.

Bei Abmeldung oder Fernbleiben am Veranstaltungstag ist die Kursgebühr in voller Höhe zu bezahlen. Die Rücktrittsgebühr fällt nicht an, wenn Sie für den Kurs selbst Ersatz finden können, oder eine andere Person Ihren Platz übernehmen kann (z. B. von der Warteliste).

Fällt eine Veranstaltung aus, so wird die gesamte Kursgebühr rückerstattet.

ERMÄSSIGUNG

Eine Teilnahme soll an Ihren finanziellen Möglichkeiten nicht scheitern. Daher sprechen Sie uns bitte an, wenn Sie eine Ermäßigung der Kursgebühr in Anspruch nehmen wollen.

Bei Vorlage des **Nürnberg-Passes** gewähren wir einen Nachlass von 20 %. Nach Rücksprache mit uns ist für einige Eltern-Kind-Veranstaltungen der Einsatz von „**Gutscheinen für soziale und kulturelle Teilhabe**“ möglich.

BESTÄTIGUNG / ABSAGE

Anmeldebestätigungen werden nur bei Angabe einer e-mail-Adresse verschickt.

Sollte eine Veranstaltung nicht stattfinden, benachrichtigen wir Sie im Regelfall per e-mail.

Zoff + Harmonie

Familienbildung

im Haus der Katholischen Stadtkirche
Vordere Sterngasse 1
90402 Nürnberg



UNSER BÜRO IST FÜR SIE GEÖFFNET

Montag bis Freitag, 9 - 12 Uhr

INFORMATIONEN ERHALTEN SIE UNTER

Telefon: 0911 / 244 49 493

Email: zoff-harmonie@stadtkirche-nuernberg.de

Internet: www.zoff-harmonie.de



Wir sind Mitglied in der Landesarbeitsgemeinschaft
Bayerischer Familienbildungsstätten e.V.