



Kursreihe

„Stark durch Erziehung“

2022/2023



Eine Initiative des
Lokalen Bündnisses für Familie
im Landkreis Schwandorf

Alle Vorträge sind kostenfrei!

Anmeldung ist erforderlich – Anmeldungen bitte bei der im
Kurs jeweils angegebenen Volkshochschule

Bitte auf kurzfristige erforderliche Änderungen aufgrund der
Pandemielage achten! Die jeweils aktuell gültigen Hygienebe-
dingungen werden eingehalten.

„Durch Dick und Dünn - Essverhalten – Körperbild – Schönheitsideale“

In fast jedem Bekannten- oder Verwandtenkreis gibt es Jugendliche die auffälliges Essverhalten aufweisen oder ihren Körper ablehnen. Angesichts der massiven Nutzung sozialer Medien, die z.T. krankhafte Schlankheitsideale zeigen, ist es für Jugendliche schwer, ein natürliches Verhältnis zu Essen und Körper aufzubauen.

Dieser Vortrags- und Gesprächsabend behandelt folgende Fragen: Welche Ursachen kann „komisches“ Essverhalten haben? Was kann ich im Alltag tun, um das Selbstbewusstsein und das Körpergefühl von meinem Kind zu stärken und ein gesundes Essverhalten zu fördern? Was ist normales Essverhalten? Was können erste Anzeichen einer Essstörung sein? Wie soll ich mich gefährdeten Jugendlichen gegenüber verhalten, wie kann ich sie ansprechen und welche Hilfsangebote gibt es?

Referentin: Claudia Burmeister, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Leiterin der Beratungsstelle zu Essstörungen waagnis in Regensburg

Termin: 17.1.23 um 19 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Maxhütte- Haidhof, Regensburgerstr. 20

Anmeldung: dringend erforderlich bei dem Verbund der Volkshochschulen www.vhs-schwandorf-land.de

Tausche Schwester gegen Traktor - Was Geschwistersein bedeutet und was Eltern dabei aushalten müssen

Keine Beziehung hält so lange an wie die Beziehung unter Geschwistern. Und zugleich gibt es wohl keine Beziehung, die so viel Kraft kostet. Vor allem für die Eltern, die täglich den Kampf ums Essen, den besten Kuschelplatz und die längste Redezeit aushalten müssen.

Als dreifache Schwester und vierfache Mutter erzählt Kathrin Karban-Völkl davon, was Geschwistersein und -haben bedeutet. Mit einem Lächeln verweist sie Eltern auf ihren Platz am Spielfeldrand und gibt alltagsnahe und entlastende Impulse, um den täglichen Geschwisterzank nicht nur auszuhalten, sondern vor allem auch wertzuschätzen.

Referentin: Kathrin Karban-Völkl
(Religionspädagogin FH, Gestaltpädagogin)

Termin: 25. Januar 23 um 19 Uhr

Veranstaltungsort: Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15

Anmeldung: dringend erforderlich bei der vhs Schwandorf unter vhs@schwandorf.de



Was Kinder für eine gute Entwicklung brauchen - ACHT SACHEN... die Erziehung stark machen

Erziehung ist ein sehr vielfältiger Prozess und stellt alle, die mit Kindern zu tun haben immer wieder vor neue Aufgaben und Herausforderungen.

Mittlerweile gibt es eine Vielzahl an Literatur zum Thema Erziehung. Im Vortrag soll sich mit den Dingen beschäftigt werden, die Kinder für eine gute Entwicklung brauchen. Themen werden sein: Liebe schenken, streiten dürfen, zuhören können, Grenzen setzen, Freiraum geben, Gefühle zeigen, Zeit haben und Mut machen. Dies sind die „Acht Sachen ... die Erziehung stark machen“ und die Kinder für eine gute Entwicklung brauchen.

Referent: Franz Klarner, Dipl.-Psychologe, Leiter Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Schwandorf

Termin: 16. Februar 23 um 19 Uhr

Ort: Fronfeste Neunburg, Im Berg 17, Neunburg vorm Wald Neunburg,

Anmeldung: dringend erforderlich bei dem Verbund der Volkshochschulen www.vhs-schwandorf-land.de

