

Projekt Familie

Veranstaltungsreihe 2017

Themen: **Pflege** | Stress | Selbsthilfe | Medien



Pflege: Demenz und Pflege – wo bleibe ich?

Sie kümmern sich um Ihre an Demenz erkrankten Eltern? Sie haben ein schlechtes Gewissen – Ihren Eltern, Ihrem Partner, Ihren Kindern, Ihrem Arbeitgeber gegenüber? Und bleiben selbst dabei auf der Strecke? Ein großes Thema im Bereich der Pflege von an Demenz erkrankten Angehörigen ist der Rollenkonflikt zwischen Fürsorge und Selbstsorge. Petra Schlitt widmet sich in ihrem Vortrag diesem Spannungsfeld und gibt wertvolle Anregungen zur wirksamen Selbstsorge, zur Bedeutung des Austauschs mit anderen Angehörigen sowie zu digitalen Unterstützungsmöglichkeiten. Außerdem informiert sie über das Krankheitsbild Demenz, was die ersten Anzeichen dafür sind und wie man Menschen mit einer Demenzerkrankung begegnet.

Referentin: Petra Schlitt ist Systemischer Coach, qualifiziert durch den Deutschen Bundesverband Coaching e.V. (DBVC). Ihr Fokus liegt auf der Beratung von Unternehmen und Angehörigen zur Vereinbarkeit von Pflege und Beruf.

Zeit: Donnerstag, 29. Juni 2017, 17 Uhr bis 18.30 Uhr

Ort: BSW-Zentrale, Meetingpoint im 1. Stock, Münchener Str. 49, 60329 Frankfurt am Main

Anmeldung: unter Angabe des Stichworts „Pflege“ bis zum 16. Juni 2017 per E-Mail: jaqueline.lipp@bsw24.de
Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung an, mit wie vielen Kindern welchen Alters Sie die Veranstaltung besuchen möchten.

Für professionelle Kinderbetreuung während der Veranstaltung ist gesorgt.

Projekt Familie

Veranstaltungsreihe 2017

Themen: Pflege **Stress** Selbsthilfe | Medien



Stress: Kinder im Stress – was Eltern tun können

Die Gründe für gestresste Kinder sind vielfältig: Konflikte mit Schulkameraden oder Freunden, Stress in der Schule oder bei den Hausaufgaben, Zeitdruck bei den Freizeitaktivitäten oder auch Probleme in der Familie. Einige Kinder leiden durch einen hohen Erwartungs- und Leistungsdruck unter Stresssymptomen wie Kopf- und Bauchschmerzen, Schlafschwierigkeiten oder Appetitlosigkeit. Was können Sie als Eltern tun, um Ihr Kind zu entlasten? Wie können Sie und Ihr Kind selbst angemessen mit Stress umgehen? Prof. Dr. Arnold Lohaus zeigt auf, wie das Stresserleben im Kindesalter ist, wie sich kindlicher und Elternstress beeinflussen und wie Eltern ihre Kinder stärken und beim Umgang mit Stress unterstützen können.

Referent: Prof. Dr. Arnold Lohaus hat eine Professur für Entwicklungspsychologie an der Universität Bielefeld. Er ist Autor vieler Publikationen, u.a. des Titels „Kinder im Stress“ (Springer Verlag, ISBN 978-3-662-47718-2 19,99 Euro).

Zeit: Donnerstag, 31. August 2017, 17 Uhr bis 18.30 Uhr

Ort: BSW-Zentrale, Meetingpoint im 1. Stock, Münchener Str. 49, 60329 Frankfurt am Main

Anmeldung: unter Angabe des Stichworts „Stress“ bis zum 23. August 2017 per E-Mail: jaqueline.lipp@bsw24.de
Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung an, mit wie vielen Kindern welchen Alters Sie die Veranstaltung besuchen möchten.

Für professionelle Kinderbetreuung während der Veranstaltung ist gesorgt.

Projekt Familie

Veranstaltungsreihe 2017

Themen: Pflege | Stress | **Selbsthilfe** | Medien



Selbsthilfe: Selbsthilfe heute – Strukturen und Perspektiven

Selbsthilfegruppen dienen dem Erfahrungs- und Informationsaustausch, der praktischen Lebenshilfe und gegenseitigen Motivation von Menschen, die das gleiche Anliegen haben. Doch wie finde ich die richtige Selbsthilfegruppe in meiner Nähe? Wie sind Selbsthilfegruppen eigentlich organisiert? Und: Was genau bringt mir eine Selbsthilfegruppe? Der Diplom-Psychologe Jürgen Matzat gibt einen Überblick über die Entwicklung und den aktuellen Stand der Selbsthilfegruppen-Bewegung in Deutschland und informiert über verschiedene Formen der Selbsthilfe sowie über wichtige Kontaktstellen. Darüber hinaus widmet er sich der gesundheitspolitischen Bedeutung der Selbsthilfe in Deutschland.

Referent: Dipl.-Psych. Jürgen Matzat ist Psychologischer Psychotherapeut und leitet die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Gießen. Er war einer der Gründer der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Zeit: Donnerstag, 19. Oktober 2017, 17 Uhr bis 18.30 Uhr

Ort: BSW-Zentrale, Meetingpoint im 1. Stock, Münchener Str. 49, 60329 Frankfurt am Main

Anmeldung: unter Angabe des Stichworts „Selbsthilfe“ bis zum 11. Oktober 2017 per E-Mail: jaqueline.lipp@bsw24.de
Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung an, mit wie vielen Kindern welchen Alters Sie die Veranstaltung besuchen möchten.

Für professionelle Kinderbetreuung während der Veranstaltung ist gesorgt.

Projekt Familie

Veranstaltungsreihe 2017

Themen: Pflege | Stress | Selbsthilfe | **Medien**



Medien: Kinder und Medien – was dein Kind mit Medien macht

Die Welt der Medien ist faszinierend – für Kinder wie für Erwachsene. Viele Eltern fragen sich deshalb immer häufiger: Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen, Handy, Internet & Co. sinnvoll und sicher zu gebrauchen? In welchem Alter sind welche Mediengeräte und -angebote angemessen? Welche Regeln für die Nutzung helfen in unserer Familie? Die Diplom-Medienpädagogin Kristin Langer gibt einen Überblick über Gerätenutzung und Themenvorlieben bei der Medienwahl von Kindern zwischen vier und zwölf Jahren. Außerdem hält sie wertvolle Anregungen und Tipps bereit, wie Eltern die Mediennutzung ihrer Kinder vom frühkindlichen Medieneinsteiger bis hin zum Kommunikationstalent im Teenageralter sinnvoll begleiten können.

Referentin: Dipl.(Medien-)Päd. Kristin Langer ist Mediencoach bei SCHAU HIN!, einer Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Das Erste, ZDF und TV-Spielfilm.

Zeit: Donnerstag, 23. November 2017, 17 Uhr bis 18.30 Uhr

Ort: BSW-Zentrale, Meetingpoint im 1. Stock, Münchener Str. 49, 60329 Frankfurt am Main

Anmeldung: unter Angabe des Stichworts „Medien“ bis zum 16. November 2017 per E-Mail: jaqueline.lipp@bsw24.de
Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung an, mit wie vielen Kindern welchen Alters Sie die Veranstaltung besuchen möchten.

Für professionelle Kinderbetreuung während der Veranstaltung ist gesorgt.