


89073 Ulm
Olgasstraße 137
Ulm-Alb-Donau e.V.
keb Katholische Erwachsenenbildung

Weitere Informationen und Anmeldung:

 Katholische Erwachsenenbildung
Ulm-Alb-Donau e.V.
Olgasstraße 137 89073 Ulm
Tel. 0731-92060-20 Fax 92060-15
Martina Wallisch:
Tel. 0731-92060-22
E-Mail: keb.ulm@drs.de
www.keb-ulm.de

Datenschutz

Wir speichern Ihre Daten für unser Veranstaltungsmanagement gemäß unserer Datenschutzerklärung. Ausführliche Informationen hierzu finden auf unserer Homepage.

Darüber hinaus senden wir Ihnen gern unser Veranstaltungsangebot zu. Falls Sie von uns keine Informationen wünschen, teilen Sie uns dies bitte mit.

„Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät“

Der Kurs findet online über die Plattform „Zoom“ statt. Sie benötigen für die Teilnahme lediglich ein Gerät (PC, Laptop, Tablet, Smartphone) mit Internetzugang. Spezielle Kenntnisse sind nicht erforderlich. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen sowie den Link, mit dem Sie dann zu den virtuellen Treffen hinzukommen können.

Termine Kurs Nr. KE24P1

5 x dienstags, 19.30 – ca. 22.00 Uhr
23.1. / 30.1. / 6.2. / 20.2. und 27.2.2024

Kursleitung:

Rainer Hörmann
Dipl. Sozialpädagoge

Dieser Kurs wird gefördert vom

Landesprogramm **STÄRKE**.
Daher können Familien aus Baden-
Württemberg, deren Kinder sich in der
Pubertät befinden, von den Kosten befreit
werden.
Den Antrag erhalten Sie nach Anmeldung.

Sollte dies nicht auf Sie zutreffen:

Teilnahmebeitrag:

70 € / Paare 90 € plus „Kess-Handbuch“ 8 €
Bitte überweisen Sie in diesem Fall die
Kursgebühr mit Angabe der Kursnummer
nach Anmeldung auf folgendes Konto:
IBAN: DE37 6305 0000 0000 0202 55
BIC: SOLADES1ULM

Bei Rücktritt bis 7 Tage vor Kursbeginn
erheben wir 10 % Gebühr. Bei späterer
Abmeldung müssen wir die volle Kursgebühr
berechnen.

**Eine schriftliche Anmeldung ist
erforderlich**, da die Teilnehmendenzahl
begrenzt ist.


kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen



„Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät“

Online-Kurs

**5 x dienstags ab 23. Januar 2024
19.30 – ca. 22.00 Uhr**



Wir sind Teil des Ulmer Nestwerk
– das Netzwerk zur Elternbildung.
Beim Besuch unserer Veranstaltungen
erhalten Sie einen Stempel in Ihr Bonusheft „Nestcard“.

Liebe Eltern,

die Pubertät stellt Jugendliche wie Eltern vor neue Herausforderungen, die nicht immer leicht zu bewältigen sind. Sie ist ein mitunter risikoreich erscheinendes Ereignis, das alle auffordert, ihren gewohnten Alltag zu verlassen und sich auf Unbekanntes einzulassen.

„**Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät**“ kann Eltern dabei unterstützen, diese neue Entwicklungsphase zu verstehen und auch die Wunder der Entwicklung zu begreifen. Der Kurs ermutigt Eltern, das eine Mal respektvoll Grenzen zu setzen und Orientierung zu geben und ein anderes Mal Vertrauen in die Selbstständigkeit und Verantwortlichkeit ihrer Kinder zu haben.

Es werden Anregungen für eine Beziehungsgestaltung auf Augenhöhe gegeben, die durch manche Wogen des Alltags hindurch tragen kann.

**Der Kurs für Mütter und Väter
- als Paar oder allein – mit Kindern
im Alter von 10 bis 18 Jahren.**

„**Kess-erziehen –
Abenteuer Pubertät**“
stärkt Eltern beim Aufbruch in eine
neue Lebensphase mit ihren Kindern.

Inhalte des Kurses „Kess-erziehen - Abenteuer Pubertät“:

1. Veränderungen wahrnehmen – die Bedürfnisse der Jugendlichen sehen
2. Achtsamkeit entwickeln – Position beziehen
3. den Jugendlichen das Leben zutrauen – Halt geben
4. das positive Lebensgefühl stärken – Konflikte entschärfen
5. Kompetenzen sehen – das Leben gestalten

„**Kess-erziehen -
Abenteuer Pubertät**“:
**Orientierung und konkrete
Unterstützung für den Alltag.**

An den online-Kursabenden können Sie Ihre **Fragen**, Gedanken und konkrete Alltagssituationen mit Ihren heranwachsenden Kindern einbringen. Der **Austausch** mit den anderen Eltern, Informationen zur Entwicklung und **Anregungen** laden auch online zu einem lebendigen Miteinander ein, das **Mut** gibt, auch Neues auszuprobieren.



Ich melde mich/uns verbindlich an zum Online-Elternkurs „Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät“:

Kursort: Online über die Plattform „Zoom“
Kurs Nr. KE24P1, 5 x dienstags, ab 23. Januar 2024, 19.30 bis 22.00 Uhr

Name, Vorname Name des teilnehmenden Partners / der Partnerin

Straße, PLZ, Wohnort

Telefon e-mail-Adresse

Alter des Kindes/der Kinder