

SchulTag plus

Für unsere Zukunft: Nachhaltiges Lernen und Handeln in der OGS
Projekte und Ideen zur Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)

Wir brauchen eine lebenswerte und zukunftsfähige Welt, für alle Menschen, für alle Tiere, für die Natur. Die Bedeutung von Nachhaltigkeit und die damit zusammenhängenden Herausforderungen sind inzwischen fest in unserem Alltag angekommen und betreffen auch die Lebenswelt der Kinder in der Offenen Ganztagschule.

In diesem Seminar lernen Sie die Dimensionen von Nachhaltigkeit und die Grundlagen der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) kennen. Darauf aufbauend erfahren Sie konkrete Möglichkeiten und inspirierende Ideen, wie Sie BNE in Ihrer OGS ganzheitlich verankern können. So können Sie den Kindern auf motivierende und alltagsnahe Weise vermitteln, wie sie aktiv an einer lebenswerten Zukunft mitwirken können. Denn gemeinsam gestalten wir unser Morgen.

Mo 27.05.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Constance Groth, M.A., Referentin für Bildung für nachhaltige Entwicklung

(1x = 4 UStd.) Gebühr 20,00 €

Veranstaltungs-Nr. 2462250006

.....

Weitere Kurse für Ihre eigene Balance:

In meine Kraft gehen – Zeit für mich

Workshop für Frauen

Sa 09.03.2024 | 14.00 – 18.00 Uhr

Kreative Auszeit

Malen, Entspannung und Achtsamkeit

Sa 16.03.2024 | 11.00 – 16.00 Uhr

Sinnfindung: Was bereichert mein Leben nachhaltig?

Die zunehmende Komplexität und Beschleunigung

Do 21.03.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

...weiter Informationen und Veranstaltungen finden Sie in unserem Programmheft oder unter www.fbs-gladbach.de

Infos und Anmeldung

Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Meike Ditscheid

Laurentiusstr. 4-12 | 51465 Bergisch Gladbach

Telefon 02202 93639-0 | Telefax 02202 93639-55

info@fbs-gladbach.de | www.fbs-gladbach.de

Änderungen vorbehalten. Die Seminare unterliegen den Anmeldebedingungen der Kath. Familienbildungsstätte.



plus

1. Halbjahr 2024



fololia



**KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE**
Bergisch Gladbach

SchulTag plus

Stress lass nach!

Mehr innere Stärke, mehr Gelassenheit und bessere Nerven

In Zeiten von Personalmangel, hohen Anforderungen von außen und auch eigenen Erwartungen innerlich ruhig zu bleiben und mit dem Stress umzugehen ist herausfordernd und oft kräftezehrend.

An diesem Seminartag lernen Sie, wie Sie Stress so ausgleichen können, dass er nicht dauerhaft belastet und krank macht. Wir setzen uns damit auseinander, wie Stress ausgelöst wird und wie wir ihn selbst reduzieren können. Dabei geht es nicht nur darum, die äußeren Faktoren zu verändern, denn das ist nicht immer direkt möglich. Umso wichtiger ist es daher, dass Sie für sich eine innere Balance aufbauen und so in stressigen Situationen wissen, wie Sie wieder zur Ruhe kommen und runterfahren können.

Inhalte:

- Stress und seine Entstehung
- Bedeutung der eigenen inneren Balance
- Aufbau einer inneren Ruhe und innerer Kraft
- Schätze für den Aufbau einer tiefen inneren Gelassenheit und Balance
- Ruhe bewahren im Sturm

Das Seminar bietet sowohl Input, als auch Möglichkeiten zum Austausch sowie Übungen für die direkte Umsetzung, um in die Ruhe zu kommen.

Sa 16.03.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Stefanie Zarek, Psychologische Beraterin und Trainerin

für innere Balance, Lehrerin

(1x = 8 UStd.) Gebühr 40,00 €

Veranstaltungs-Nr. 2462250008



Fotolia-25934096-Christian Schwier

SchulTag plus

Gartenhelfern ein Zuhause geben -
Artenschutz auf dem Schulhof

Summen, Surren und Vogelgezwitscher: Wer seinen Garten mit tierischen Nachbarn teilen möchte, kann dafür einiges tun. Heimische Pflanzen dienen Bienen, Schmetterlingen, Vögeln und Co. als Lebensraum und Nahrungsquelle. Gartenelemente wie Blumenwiesen, Trockenmauern, Totholzhaufen und verschiedene Bäume und Hecken ermöglichen die Ansiedlung von Tieren.

Heute lernen wir, wie wir im Schulgarten Lebensräume schaffen und heimische Tiere unterstützen können. Anhand praktischer Beispiele, die wir zusammen bauen werden, zeige ich Ihnen, wie Sie und die Kinder zum Artenschützer im eigenen Schulgarten werden.

Veranstaltungsort: wird noch bekannt gegeben

Sa 13.04.2024 | 10.00 – 17.00 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

(1x = 8 UStd.) Gebühr 43,00 € (inkl. Umlage 3,00 €)

Veranstaltungs-Nr. 2462250005

SchulTag plus

So wird`s leichter!

Wertschätzende Kommunikation in der OGS

Im OGS-Alltag begegnen wir vielen Menschen: Kindern, Eltern, KollegInnen, LehrerInnen. Da ist es oft schwer, die richtigen Worte und Taten zu finden, um die jeweiligen Beziehungen wertvoll zu gestalten und somit eine Atmosphäre zu schaffen, die geprägt ist von gegenseitigem Verständnis, und Akzeptanz, Respekt und Wertschätzung. Allzu oft wird dieser Prozess von Zeit- und Leistungsdruck negativ belastet. Unzufriedenheit, Belastung, Konflikte und Druck auf allen Seiten sind oft die Folge.

Wir wünschen uns mehr Leichtigkeit, mehr gegenseitige Wertschätzung und Verständnis, ein Miteinander, das Entwicklungsprozesse aller möglich macht und das Leben in der OGS bereichert und erleichtert.

Der Schwerpunkt dieser Weiterbildung liegt auf dem Konzept der „Gewaltfreien Kommunikation“ (GfK) von Marshall B. Rosenberg. Mit der Haltung und den Methoden der GfK können Beziehungen intensiviert, schwierige Gespräche gewinnbringend geführt und belastenden Situationen gut begegnet werden. Den zahlreichen Hindernissen im OGS-Alltag können mit mehr Leichtigkeit, Klarheit und Intensität begegnet werden.

Do 18.04.2024 und 25.04.2024 | 09.00 – 14.30 Uhr

Mechthild Sünder-Tegtmeier, Pädagogin,

Mototherapeutin, Fortbildungsreferentin

(2x = 12 UStd.) Gebühr 60,00 €

Veranstaltungs-Nr. 2462250007
