

Feste Regeln und selbstbestimmte Kinder

Viele Kinder haben ein starkes Autonomiebedürfnis. Sie wollen und dürfen mitreden.

A-131932 | VHS-Studienhaus

4.11., Mo, 19:30 – 21 Uhr | 6 € |

Hilde Pfister

Kinderrechte! Elternpflichten?

In Kooperation mit dem Kinderschutzbund Köln

A-131935 | Kinderschutz-Zentrum Köln

6.11., Mi, 19 – 21 Uhr |

Maria Schweizer-May

Vater bleiben nach Trennung und Scheidung

O-131936 | Online

12.11., Di, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Hans-Georg Nelles

Medienmündigkeit und kritischer Umgang mit Medien durch Jugendliche

Infoabend für Eltern in Kooperation mit Mediensuchtprävention NRW e.V.

A-131937 | VHS-Studienhaus

13.11., Mi, 18 – 19:30 Uhr | 6 € |

Andreas Pauly

Trauern mit Kindern

Interaktiver Vortrag

A-131938 | VHS-Studienhaus

14.11., Do, 18 – 20 Uhr | 6 € |

Benni Bauerdick

Mental Load – der Stress im Kopf

Zusammenhänge und mögliche Auswege

O-131940 | Online

18.11., Mo, 20 – 21:30 Uhr | 8 € |

Stefanie Mädler

Schüchterne Kinder stärken

O-131941 | Online

19.11., Di, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Hilde Pfister

Das eigene Kind stark machen – Prävention sexualisierte Gewalt

In Kooperation mit dem Kinderschutzbund Köln

A-131943 | Kinderschutz-Zentrum Köln

20.11., Mi, 19 – 21 Uhr | **Jörg Rheingans**



Black Friday und Co. – Die Bedeutung von Konsum und der Einfluss sozialer Medien in der heutigen Zeit

Nicht nur für Jugendliche und junge Erwachsene

A-131945 | VHS-Studienhaus

25.11., Mo, 18:30 – 20 Uhr |

Prof. Dr. Patrick Trotzke

Was sind Bindungsstile und warum sind sie so wichtig?

O-131948 | Online

26.11., Di, 19:30 – 21 Uhr | 6 € |

Nina Steckel

Gewaltfrei erziehen kann man lernen

In Kooperation mit dem Kinderschutzbund Köln

A-131949 | Kinderschutz-Zentrum Köln

27.11., Mi, 19 – 21 Uhr |

Maria Schweizer-May

Equal-Care – Gleichberechtigt in Beruf und Familie

O-508151 | Online

29.11., Fr, 13 – 17 Uhr | 40 € |

Geraldine Hoffmann

Babygesänge: Wie aus Weinen Sprache wird

Livestream – vhs.wissen live

O-131950 | Online

2.12., Mo, 19:30 – 21 Uhr |

Prof. Dr. Kathleen Wermke

Verlassene Eltern – wenn Kinder den Kontakt abbrechen

A-131952 | VHS-Studienhaus

9.12., Mo, 18 – 19:30 Uhr | 6 € |

Edda Moers



Kontakt

Sie haben Fragen, Anregungen und Ideen zu diesem Programm?

Melden Sie sich gerne bei:

Thomas Boxberger

T: 0221 221-22616

E-Mail: thomas.boxberger@stadt-koeln.de

Adressen

VHS-Studienhaus am Neumarkt

Cäcilienstr. 35

50667 Köln

Kinderschutzbund

Kinderschutz-Zentrum Köln

Bonner Str. 151

50968 Köln



Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

Gestaltung
rheinsatz, Köln
Bildnachweis
Adobe Stock
Druck
Druckdiscount24.de
42/750/07.2024



Stadt Köln

**Zusammen stark
Familie, Partnerschaft
und mehr.**

September bis
Dezember 2024



Elternbildung für ein starkes Miteinander

In unserem neuen Themensegment gehen wir speziell auf die Bedürfnisse von Eltern und Paaren ein. Dabei erwartet Sie eine Vielzahl an kurzen, alltagsfreundlichen Bildungsformaten, die darauf abzielen, Familien in verschiedenen Lebensphasen zu unterstützen.

Mit über 30 Veranstaltungen, darunter viele Online-Angebote, möchten wir Familien helfen, ihre Beziehungen zu stärken, ihre Erziehungsfähigkeiten zu verbessern und ein unterstützendes Umfeld für alle Familienmitglieder zu schaffen.

Die Veranstaltungen richten sich an Menschen in ganz unterschiedlichen Familienmodellen, sie sind ohne religiöse Bindung und offen in der Weltanschauung. Sie dienen auch als Plattform, um sich untereinander oder mit anderen Einrichtungen der Eltern- und Familienbildung zu vernetzen.

Weitere Infos
und Anmeldung



www.vhs.koeln

ResilienzTraining

Workshop für Eltern und pflegende Angehörige, deren Kind eine Beeinträchtigung hat und für andere Interessierte.

In Kooperation mit Nestwärme e.V.

A-131900 | VHS-Studienhaus

5.9., Do, 10 – 14 Uhr | **Mechthild Kreuser**

A-131901 | VHS-Studienhaus

8.11., Fr, 10 – 14 Uhr | **Mechthild Kreuser**

Baustelle Pubertät: Vom Kaktus, der umarmt sein will

A-131904 | VHS-Studienhaus

11.9., Mi, 19:30 – 21 Uhr | 6 € | **Hilde Pfister**

Als Eltern Paar bleiben – Ein Seminar für Paare mit Kindern

Wochenendseminar mit nachbereitendem Online-Treffen

A-131902 | VHS-Studienhaus

3x, 13.9., 14.9., Fr, Sa, und 29.10., Di | 75 € |

Magdalene Pues, Michael Pues

A-131903 | VHS-Studienhaus

3x, 22.11., 23.11., Fr, Sa, und 9.1., Do | 75 € |

Magdalene Pues, Michael Pues

Trotz, Angst, Frust, Langeweile und Zorn: vom Sinn schwieriger Emotionen

O-131905 | Online

18.9., Mi, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Hilde Pfister

Familien-Tour in Köln-Rodenkirchen: Räuber, Schätze und geheime Orte vor über 200 Jahren in Köln

Stadtgeschichte trifft spielerische Exkursion für Kinder von 5 bis 12 Jahren (mit Begleitperson)

A-131906

21.9., Sa, 15 – 17 Uhr | 9 € | **Rudolf Kühn**

Entdecken, fühlen, schauen – die psychosexuelle Entwicklung von Kindern

In Kooperation mit pro familia Köln

A-131908 | VHS-Studienhaus

24.9., Di, 19 – 21 Uhr | 6 € | **Jan Gentsch**

Wie starke ich das Selbstwertgefühl meines Kindes?

O-131910 | Online

26.9., Do, 19:30 – 21 Uhr | 6 € |

Nina Steckel

Familien-Tour in Bergisch- Gladbach/Bensberg: Das Rätsel des geheimnisvollen Waldes

Geschichte und Natur trifft spielerische Exkursion für Kinder von 6 bis 14 Jahren (mit Begleitperson)

A-131911

28.9., Sa, 15 – 17 Uhr | 9 € | **Rudolf Kühn**

Konflikte spielerisch lösen

O-131912 | Online

1.10., Di, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Hilde Pfister

Väter sind wichtig! Die Bedeutung von Vätern für die Entwicklung ihrer Kinder

O-131914 | Online

8.10., Di, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Hans-Georg Nelles

Soziale Medien und Jugendliche: Verantwortungsvolle Nutzung von Instagram, Snapchat und TikTok

Infoabend für Eltern in Kooperation mit Mediensuchtprävention NRW e.V.

A-131925 | VHS-Studienhaus

10.10., Do., 18 – 19:30 Uhr | 6 € |

Andreas Pauly

Nach der Elternzeit: Empowerment für berufstätige Mütter

O-508150 | Online

4x, Do, 10.10. – 14.11., 20 – 21:30 Uhr |

69 € | **Geraldine Hoffmann**

Tanzen mit Baby

Workshop für Mütter oder Väter mit Baby

A-367333 | VHS-Studienhaus

27.10., So, 10 – 11:30 Uhr | 12 € | **Pia Seidel**

Geschlechtliche Vielfalt – Informationen und Austausch für Eltern

In Kooperation mit rubicon e.V. Köln

A-131926 | VHS-Studienhaus

28.10., Mo, 19 – 20:30 Uhr |

**Helix Große-Stoltenberg,
Lui Thönnessen**

Väter können das! Erfolgreich sein in Beruf und Familie

O-131927 | Online

29.10., Di, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Hans-Georg Nelles

Gaming und Jugendliche: Gesunder Umgang mit Videospiele

Infoabend für Eltern in Kooperation mit Mediensuchtprävention NRW e.V.

A-131928 | VHS-Studienhaus

30.10., Mi, 18 – 19:30 Uhr | 6 € |

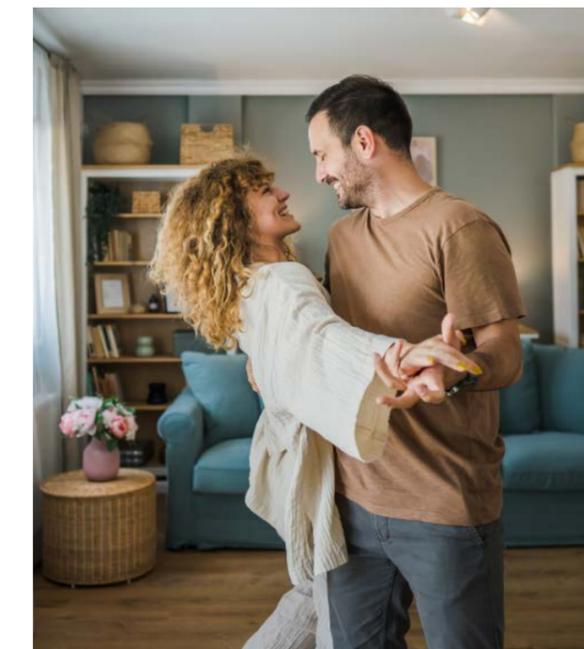
Andreas Pauly

Wie unsere Liebe gelingt! Amüsantes und Wissenswertes über die Kunst der Zweisamkeit

A-131929 | VHS-Studienhaus

31.10., Do, 20 – 21:30 Uhr | 6 € |

Dr. Torsten Reters



VHS