

Pro familia marburg geht online

Corona: Besondere Herausforderung für Alleinerziehende

Die Corona-Pandemie stellt alle Menschen vor eine besondere Herausforderung. Das Problem des Jonglierens von Kinderbetreuung und Erwerbstätigkeit wird bei alleinerziehenden Müttern und Vätern nochmals verschärft.

An diesem Onlineabend soll moderiert ein Austausch zu folgenden Themen angeboten werden:

- Was sind meine aktuellen Belastungen? Geht es anderen ähnlich?
- Wie beschäftige ich meine Kinder?
- Wie finde ich Zeit für mich selber?
- Was kann ich Gutes für mich tun?
- Wie gehe ich mit meinen Ängsten und Sorgen um?
- Was, wenn ich mich sehr einsam fühle?

Neben dem themengebundenen Austausch kann der Raum auch genutzt werden, um Berater*innen kennenzulernen und auf Wunsch einen Einzeltermin zu individuellen Themen zu vereinbaren.

Technische Voraussetzung: Laptop/ PC mit Kamera und Mikrofon, gute Internetverbindung.

Ein Link zur Teilnahme wird Ihnen nach Anmeldung zugesandt.

Termin: Montag 1. März 20:30 -22.00 Uhr

Anmeldung bitte bis spätestens eine Woche vorher an marburg@profamilia.de

Durchgeführt von Fachkräften der pro familia marburg e.V.

Austausch für Mütter und Väter

Mütter und Väter müssen während der Corona-Pandemie der Aufgabe nachkommen, sich um ihre Kinder, möglicherweise ihre Arbeit, den Haushalt und die Partnerschaft zu kümmern. Manchmal kann alles zusammen sich sehr überfordernd anfühlen. Vor allem, wenn die Regenerationsphasen fehlen.

An diesem Onlineabend soll moderiert ein Austausch zu folgenden Themen angeboten werden:

- Was sind meine aktuellen Belastungen? Geht es anderen ähnlich?
- Wie beschäftige ich meine Kinder?
- Wie finde ich Zeit für mich selber?
- Was kann ich mir Gutes für mich tun?
- Wie kann ich meine Partnerschaft lebendig halten?
- Wie gehe ich mit meinen eigenen Ängsten und Sorgen um?

Neben dem themengebundenen Austausch kann der Raum auch genutzt werden, um Berater*innen kennenzulernen und auf Wunsch einen Einzel- bzw. Paartermin zu individuellen Themen zu vereinbaren.

Technische Voraussetzung: Laptop/ PC mit Kamera und Mikrofon, gute Internetverbindung.

Ein Link zur Teilnahme wird Ihnen nach Anmeldung zugesandt.

Termin: 15.03.2021 17-18:30

Anmeldung bitte an marburg@profamilia.de

Durchgeführt von Fachkräften der pro familia marburg e.V.

Gesprächsangebote für Menschen in schwierigen Paarbeziehungen

Manche Paare schweißt die Corona-Krise zusammen, andere werden auf eine harte Probe gestellt.

Viele Menschen wünschen sich laut Umfragen mehr Zeit mit Familie, Partner*innen und Kindern. Die Pandemie lässt nun genau das für viele zu einer Zwangslage werden. Einige können diese Zeit mit Ihrer Familie sehr genießen. Andere nehmen wiederum den Zustand, tagtäglich gemeinsam mit dem/der Partner*in, womöglich umgeben von Kindern, der eigenen Arbeit zu Hause im Homeoffice, als immense Überforderung wahr.

An diesem Abend soll es den Teilnehmenden ermöglicht werden, in Austausch zu treten. Wie erleben Sie die Zeit alleine oder gemeinsam? Was haben Sie aus den bisherigen Erfahrungen gelernt?

Die Teilnahme ist alleine oder als Paar möglich.

Eine Berater*in und eine Moderator*in sind anwesend und können in einem separaten Raum über persönliche Themen mit Ihnen sprechen wie z. B:

- Was ist Ihre aktuelle Problematik? Wie läuft eine Paarberatung ab? Wäre das für uns als Paar hilfreich? Was sind die Kosten?
- Überlege ich, mich zu trennen? Was passiert in einer Trennungsberatung? Welche Kosten entstehen?
- Was kann eine Einzelberatung dazu beitragen, zu einer Klärung zu gelangen? Wie sieht die emotionale Begleitung bei einer Trennung aus?

Neben dem themenbezogenen Austausch kann der Raum auch genutzt werden, um Berater*innen kennenzulernen und auf Wunsch einen Einzel- bzw. Paartermin zu individuellen Themen zu vereinbaren.

Technische Voraussetzung: Laptop/ PC mit Kamera und Mikrofon, gute Internetverbindung. Ein Link zur Teilnahme wird Ihnen nach Anmeldung zugesandt.

Termin: 17.05.2021 17-18:30 Uhr

Anmeldung bitte bis spätestens eine Woche vorher an marburg@profamilia.de

Durchgeführt von Fachkräften der pro familia marburg e.V.

Überblick zur Nutzung sexualpädagogischer Angebote für pädagogische Fachkräfte in Zeiten des Lockdowns

Die aktuelle Corona Pandemie führt in allen Lebensbereichen zu vielfältigen Einschränkungen. Auch die Schule ist davon stark betroffen. Kinder und Jugendliche haben das Anrecht auf sexuelle Bildung und Schutz vor Gewalt. Wie Sie als Lehrer*in trotz Lockdown auf unsere Angebote zugreifen können und die Kinder in diesem wichtigen Bildungsbereich weiter unterstützen können, wollen wir Ihnen in unserem Online-seminar näherbringen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Technische Voraussetzung: Laptop/ PC mit Kamera und Mikrofon, gute Internetverbindung.

Ein Link zur Teilnahme wird Ihnen nach Anmeldung zugesandt.

Termin: 02.03.2021 17:30-19:00 Uhr

Anmeldung bitte bis spätestens eine Woche vorher an marburg@profamilia.de

Durchgeführt von Fachkräften der pro familia marburg e.V.

Online Angebot für Jugendliche

Kinder und Jugendliche sind von der Coronakrise ebenso hart betroffen wie Erwachsene. Vieles, was ihnen wichtig ist, fällt weg: Partys, Reisen, Freunde treffen. Viele Jugendliche sagen, dass ihnen die neue Situation Angst macht und sie sich alleine gelassen fühlen. Alles ist anders. Die Eltern sind dauernd zuhause, die Schule fällt aus, sie selbst sind auch viel zu viel zuhause.

In unserem Online-Raum soll Dir die Möglichkeit gegeben werden, Dich mit anderen Jugendlichen auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und die Berater*innen kennenzulernen. Falls die ein oder andere persönliche Frage entsteht, gibt es die Möglichkeit, dass Du Dich auch alleine beraten lässt. Wir bitten Dich darum, dass Du Dich anmeldest. So können wir schauen, dass du mit Jungs und Mädchen in einem ähnlichen Alter zusammentrifftst.

Wir freuen uns auf Dich!

Technische Voraussetzung: Laptop / PC mit Kamera und Mikrofon, gute Internetverbindung

Ein Link zur Teilnahme wird Ihnen nach Anmeldung zugesandt.

Termin: 23.3.2021 17-18:30

Anmeldung bitte bis spätestens eine Woche vorher an marburg@profamilia.de

Durchgeführt von Fachkräften der pro familia marburg e.V.

Pubertät: Plötzlich ist alles anders

Du interessierst dich für Musik. Schauspieler*innen und Sänger*innen sind total spannend?

Vor ein paar Wochen noch hast du mit ein paar anderen am liebsten geskatet, Fußball gespielt oder was dir sonst Freude bereitet hat. Jetzt ziehst dich gerne in dein Zimmer zurück. Deine Eltern verstehen dich manchmal nicht mehr, und du hast nicht mehr dauernd Lust auf Familienaktivitäten.

Vieles ist anders geworden. Auch dein Körper verändert sich.

Die Pubertät ist eine entscheidende Entwicklungsphase, die im Allgemeinen zwischen dem 10. und 16. Lebensjahr beginnt und einige Jahre dauert. Du bist kein Kind mehr und willst es auch nicht mehr sein. Deine Gefühle, dein Denken und deine Beziehungen verändern sich. Wie diese Veränderungen geschehen, ist bei jedem Menschen anders. Bei den einen passiert das früher, bei den anderen später. Wann die Pubertät beginnt, entscheiden die Hormone in deinem Körper. Sichtbar sind diese Veränderungen zum Beispiel an den ersten Pickeln und Härchen an deinem Körper.

In unserem 1,5 stündigen Workshop wollen wir in einer kleinen Mädchengruppe über genau diese Veränderungen sprechen.

Du erfährst die wichtigsten Dinge über die Pubertät. Kannst Fragen stellen und dich mit anderen austauschen.

Wir freuen uns auf Dich!

Termine: 26.4.2021 16:30-18:00

Anmeldung bitte bis spätestens eine Woche vorher an marburg@profamilia.de

Durchgeführt von Fachkräften der pro familia marburg e.V.