Newsletter für Pflegeeltern im Märkischen Kreis

Ausgabe 20 • Frühjahr 2023

Liebe Pflegefamilien im Märkischen Kreis!

Nachdem der Schnee im März die ersten Frühlingsboten überraschend noch einmal bedeckt hat, möchten wir Ihnen mit der 20. Ausgabe des Newsletters für Pflegefamilien im Märkischen Kreis Lust auf das Frühjahr und den Sommer machen und bereits erste vorsichtige Ausblicke auf die zweite Hälfte des Jahres wagen.

Sie finden hier ein buntes, vielfältiges Programm, das Sie und Ihre Kinder zum Mitmachen einlädt. Von A wie Alpakawanderung oder Attendorn-Familienwochenende über B wie BVB bis zu Z wie Zoomkonferenz -zum Thema FAS – von Februar bis November gibt es in jedem Monat eine Gelegenheit dabei zu sein.

Stöbern Sie durch den Newsletter, und melden Sie sich gerne direkt an!

Zur Erinnerung, der Pflegekinderdienst wünscht sich von allen Pflegefamilien im Märkischen Kreis die Teilnahme an mindestens einer Veranstaltung im Jahr! !

In der Pflegekinderhilfe finden aktuell viele Veränderungen statt. Seien Sie dabei und nutzen Sie die Gelegenheit zum Austausch und zur Mitgestaltung.

Wir möchten uns bei den Pflegemüttern bedanken, die bei der Entwicklung des Schutzkonzeptes schon aktiv mitarbeiten, bei den Pflegeltern, die im Gespräch mit Ihren Fachberater*innen Lust haben, über die neuen Entwicklungen zu diskutieren und bei all den Pflegefamilien, die unsere Angebote für Pflegeeltern, die ganze Familie oder nur für Kinder angenommen haben und dafür gesorgt haben, dass diese lebendig, lustig und bereichernd sein konnten. Für uns und für alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen!

Wir freuen uns auf Sie und Ihre ganze Familie!

Christiane Finke Silke Hufenbach

Das Frühlingszitat

Das Lachen ist die Sonne, die aus dem menschlichen Antlitz den Winter vertreibt

(Victor Hugo)

Herausgeber: Märkischer Kreis - Jugendamt - Pflegekinderdienst & Stiftung Ev. Jugendhilfe Menden

Neues aus der Pflegekinderhilfe im Märkischen Kreis

Guten Tag!

Ich heiße Carola Fidelak und freue mich darüber, dass ich seit Februar 2023 die Supervision der Pflegeeltern übernehmen darf. Als Sozialpädagogin und Mediatorin habe ich lange als Teamleitung in der Jugendhilfe gearbeitet und mich um vielfältige Belange von Kindern, Jugendlichen und Familien gekümmert. Gerne bringe ich meine Erfahrungen in die Arbeit mit Ihnen ein und bin sehr gespannt auf die Zusammenarbeit mit Ihnen als Pflegeeltern.

Ihre Carola Fidelak

Supervision Gruppe

Die Gruppe ist für alle interessierte Pflegeeltern offen und trifft sich einmal im Monat. Die nächsten Termine finden im ersten Halbjahr 2023 am **16.3., 20.4. & 11.5. in Balve, Sauerlandstr. 8-12** (Haus Malteser Hilfsdienst) von 19-21 h statt.
Herzlich Willkommen!

Offensive Pflegekinderhilfe

Beteiligung und Kinderschutz in der Pflegekinderhilfe!

Bestimmt sind Ihnen die Themen unserer Offensive in einer unserer Veranstaltungen oder durch die Fachberater*innen im Jahr 2022 schon begegnet. Seit dem letzten Jahr haben sich die Jugendämter Kreis MK, Iserlohn und Hemer mit der Stiftung Ev. Jugendhilfe Menden zusammengetan, um gemeinsam die Pflegekinderhilfe weiterzuentwickeln.

Es wurden in verschiedenen Treffen Prozesse wie das Hilfeplangespräch, Veranstaltungen für Familien oder Kinderrechte in Pflegefamilien diskutiert.

In diesem Zusammenhang werden wir in den nächsten Wochen auch eine kleine Umfrage für Pflegefamilien starten. Und -wie schon im letzten Newsletter angekündigt- brauchen wir für die Weiterentwicklung der Pflegekinderhilfe natürlich auch und ganz besonders Sie, liebe Pflegeeltern, Kinder und Jugendliche!

Jetzt beteiligen! Machen Sie mit!
Am Samstag, dem 13. Mai 2023 möchten wir Sie herzlich zu einem Familienaktionstag in das Alte Casino am **Sauerlandpark in Hemer** von 11:00-15:00 Uhr einladen. Dort werden wir Ihnen einen Teil unserer Ideen vorstellen und Sie um Ihre Meinung dazu befragen.

Keine Sorge, es wird nicht langweilig 😉

Wir werden für Sie und Ihre Kinder ein abwechslungsreiches Programm zusammenstellen, bei dem es nicht an Spaß, Essen und Trinken fehlt! Im Anschluss möchten wir Sie, liebe Pflegefamilien, einladen, den Rest des Tages im Sauerlandpark zu verbringen.

Und bitte vergessen Sie nicht: Wir brauchen Sie und Ihre (Pflege-)kinder, um die Pflegekinderhilfe ein Stückchen besser zu machen!

Save the date!

Zum Abschluss der vielen Veranstaltungen zur Beteiligungsoffensive der Jugendämter Märkischer, Kreis, Iserlohn und Hemer und der Stiftung Evangelische Jugendhilfe Menden gibt es am **Samstag, den 15.09.2023 einen ganztägigen Fachtag mit Fachvorträgen und Diskussionen** für Fachkräfte, Pflegeltern und andere Interessierte! Seien Sie dabei!

Im Februar ist das Programm

des Pflegekinderdienstes bereits fulminant gestartet:

Es gab **Brunch und Zauberei**

Nur für Verwandtenpflege ☺

Der Pflegekinderdienst des Märkischen Kreises hatte Ende Februar in die Jugendbildungsstätte in Lüdenscheid zu einem gemeinsamen Austausch eingeladen.

Erstmalig lernten sich Pflegefamilien kennen, die eines gemeinsam haben: sie haben innerhalb der Verwandtschaft die Aufgabe übernommen, ein Kind zu erziehen, welches das Kind ihrer Tochter, ihres Sohnes, ihres Enkels oder von eigenen Geschwistern ist.

Der Brunch diente in lockerer Atmosphäre zum Kennenlernen und Austausch. Während die Erwachsenen die Zeit zum Gespräch nutzen konnten, lernten die Kinder in einem separaten Raum mit viel Spaß und Konzentration erste Zauberkunststücke. Im großen Finale präsentierten die Kinder ihre Lieblings-zauberkunststücke. Für die Familien war es ein gelungener Vormittag und am Ende durften die Kinder tatsächlich ihre Zauber-Utensilien mit nach Hause nehmen.

Verwandte kennen sich in der Regel ein Leben lang und stehen bei der Erziehung des verwandten Kindes vor anderen Herausforderungen als in einer „ausgesuchten" neuen Pflegefamilie. Dabei erleben die Erwachsenen und auch die Kinder ähnliche Themen. Alle Beteiligten müssen z.B. lernen, dass sie neue Rollen einnehmen. Die Großeltern werden zu den Erziehenden und die leiblichen Eltern treten einen Schritt zurück. Für die Kinder sind die Eltern nicht so präsent, wie es andere Kinder in ihrem Alter im Kindergarten oder in der Schule sonst beschreiben. Dafür übernehmen auch hier z.B. die Großeltern die Rolle der Eltern, was auch unter Kindern Fragen aufwirft. Trotzdem gibt es in der Verwandtenpflege einen engeren Kontakt, z.B. bei Familienfeiern. Wenn die leiblichen Eltern sich getrennt haben, dann ist es für die Großeltern eine Herausforderung, als Erziehende sich von den ehemaligen Partnern des eigenen Kindes abzugrenzen. Denn der Ex-Freund oder die Ex-Freundin des eigenen Sohnes oder der eigenen Tochter ist immer noch die Mutter oder der Vater des Kindes.

Erfolgreiche Malaktion

Kindern ein Zuhause geben – Pflegeeltern auf Zeit oder auf Dauer werden

Mit diesem Thema haben wir uns an die Kinder und Jugendlichen im Märkischen Kreis gewandt und um Eure Bilder gebeten.

Wir sind begeistert – 47 Bilder sind bei uns eingegangen und haben uns super viel Freude bereitet.

Ein Zuhause – manche Kinder haben dazu ein Haus gemalt, in dem eine Familie wohnt, manche haben ihre Familie als Menschen gemalt, manche auch ein großes Herz für die Freude und die Liebe, die das Zuhause ausmacht. Toll!

Vielen, vielen Dank an alle Künstlerinnen und Künstler für die tollen Bilder!

Ihr und Sie werden 10 dieser Bilder in ihrer Stadt oder Gemeinde wiederfinden: auf Plakaten und als Lesezeichen. Wir hoffen, dass wir immer weiter Menschen interessieren können, die bereit sind, Kindern ein Zuhause zu geben.

Wir brauchen für die Kinder im Märkischen Kreis beides: Eltern oder auch Alleinstehende, die sich zutrauen kurzfristig einzuspringen und einem Kind in Not für den Übergang ein Zuhause zu bieten – als Bereitschaftspflegefamilie.

Und Familien, Paare oder Alleinstehende, die sich – so wie Sie alle – vorstellen können, einem Kind auf Dauer ein Zuhause zu geben, zu einer Pflegefamilie zu werden und das Kind bis zur Verselbständigung zu begleiten. Bitte sprechen Sie über das Thema Pflegeeltern sein – in Ihrer Familie, Ihrem Freundeskreis. Die beste Werbung für uns ist Ihre Zufriedenheit mit Ihrer Pflegeelternschaft.

Wir wissen, dass nicht alles immer einfach ist und dass es viele Herausforderungen und auch Schwierigkeiten zu meistern gibt. Wir erleben aber auch, welche tollen Entwicklungen die Pflegekinder machen und wie viele schöne, lustige und erfüllende Momente es gibt. Deshalb hoffen wir, dass wir weiter Menschen für diese Aufgabe gewinnen können und freuen uns, wenn Sie uns dabei unterstützen.

2. FASD(Fetales Alkohol Syndrom)

Abend online per zoom für Pflegeltern am Dienstag, 28. März 2023 um 19:30 Uhr

Wenn dieser Newsletter erscheint, hat dieses Angebot wahrscheinlich schon stattgefunden. Vielleicht waren Sie ja dabei? Weitere Zoom-Abende zum Thema sind in Planung.

FASD-(Fetal Alcohol Spectrum Disorder) ist der Oberbegriff für alle Schädigungen des Kindes, die durch Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft entstehen.

Der Austausch mit anderen Betroffenen und Fortbildungen zum Thema FASD wird von fachlicher Seite als ein wichtiger Baustein der Unterstützung betroffener Familien beschrieben. Im Herbst 2022 hatten betroffene Pflegefamilien im Märkischen Kreis erstmals die Möglichkeit, sich zum Thema FASD zu informieren und untereinander auszutauschen. Andrea Hesse, systemische Beraterin und Fachkraft für FASD, führte mit viel Fachwissen durch einen informativen Abend. Fast konnte man vergessen, dass man sich nicht persönlich gegenüber saß.

Die Teilnehmer*innen wünschten sich direkt weitere Treffen und Ende März soll es endlich wieder so weit sein.

Frau Hesse steht während der Online-Abende für einen regen Austausch, Fragen und hilfreiche Anregungen zu Ihrer Verfügung.

Frühlingserwachen meets Frühlingsfest

Liebe Pflegefamilien, liebe Forscherfreunde,

wir möchten Sie und euch herzlich einladen, mit uns die Natur und die Veränderungen im Frühling zu erforschen.

Hierfür treffen wir uns am 06.05.23 um 9.30 Uhr **am Naturschutzzentrum in Lüdenscheid (Oelken 79)**. Gemeinsam erkunden wir, was der Frühling mit der Natur anstellt und welche Veränderungen es gibt. Dafür werden wir –ausgerüstet mit den eigenen Matschsachen und Gummistiefeln- in den Bach steigen und die umliegenden Wiesen unsicher machen.

Wir werden fachkundig angeleitet und begleitet, damit keine Fragen offenbleiben. Wenn wir ausreichend geforscht haben und wieder in trockener Kleidung sind, können wir uns gegen 13 Uhr in den Räumlichkeiten des Naturschutzzentrums bei einem Buffet stärken.

Damit dies gut gelingen kann und der Vormittag einen schönen Ausklang findet, möchten wir Sie bitten, etwas zum Buffet in Form von Fingerfood beizutragen. Getränke werden gestellt.

Um einen guten und reibungslosen Ablauf hinzubekommen, bitten wir Sie, sich bis zum 13.04.23 unter

✉ v.bell@maerkischer-kreis.de oder unter

📱 02351-9666698 anzumelden.

Neben der teilnehmenden Personenzahl, geben Sie bitte auch an, was Sie zum Buffet beitragen möchten.

Wir freuen uns auf einen tollen Tag mit vielen neuen Erkenntnissen und Eindrücke

Once again der Alpaka Spaziergang kommt zurück

Alpakas sind klug und lernfähig und wirken nachweislich blutdrucksenkend und sie sorgen für die Ausschüttung von Glückshormonen.

Und der Ausflug mit Alpakas ist so beliebt, dass der Termin schon im Vorfeld so gut wie ausgebucht ist. Die Familien die im letzten Jahr leider eine Absage bekommen mussten, sind in diesem Jahr extra eingeladen worden und es haben fast alle zugesagt!

Wenn Sie noch mitmöchten, lassen Sie sich gerne auf unserer Warteliste setzen. Vielleicht wird ja noch ein Platz frei? Wenn genügend Interessenten auf der Liste stehen, bemühen wir uns, einen zweiten Termin zu buchen!

Treffpunkt am 11.04.2023 um 13:30 Uhr auf dem Gelände der Alpakafarm INTI in Kierspe .
Adresse: Vornholt 1 · 58566 Kierspe

Wir freuen uns! Frau Kriegel ist auch in diesem Jahr wieder dabei!

Anmeldungen bitte an Frau Brömmeling unter
0157 / 32 20 79 53 oder unter
✉ broemmeling@ev- jugendhilfe-menden.de

BIG **BIGGESEA** BATTLE

Groß und Klein sind am **17.06.2023 ab 10.00 Uhr** herzlich eingeladen, sich bei den Disziplinen des Big Biggesea Battle zu messen. Der Big Biggesea Battle findet, wie der Name schon vermuten lässt, in diesem Jahr am Biggesee statt und löst das Angebot des „Sorpesee Tages" ab.

Alle Familien sind herzlich eingeladen, die verschiedenen Disziplinen auszuprobieren und ihr Geschick unter Beweis zu stellen. Unter fachkundiger Anleitung geht es am Kletterfelsen „Hoch" hinaus.

Auf zu neuen Ufern, dieses Jahr am Biggesee.

PHÄNOMENTA

Ausflug Phänomenta Lüdenscheid

Alle kleinen und großen Forscher*innen aufgepasst! Es wird LEUCHTEND BUNT, ELEKTRISIEREND SPANNEND und EINFACH PHÄNOMEN[T]AL!

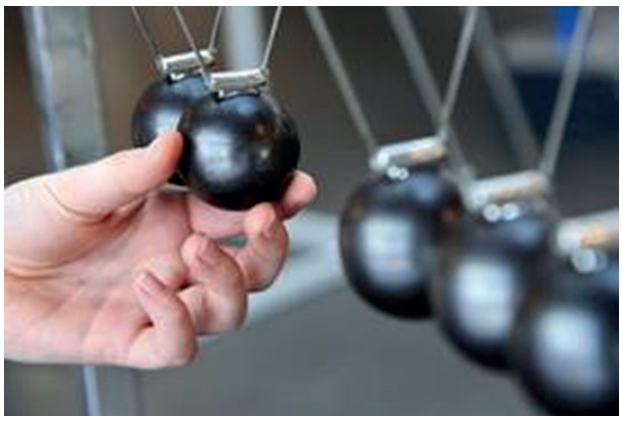
Am Samstag, den 14.10.2023 laden wir alle neugierigen Pflegefamilien in die Phänomenta nach Lüdenscheid ein. Vor Ort entdecken wir gemeinsam grundlegende Phänomene durch eigenes Handeln und Ausprobieren.

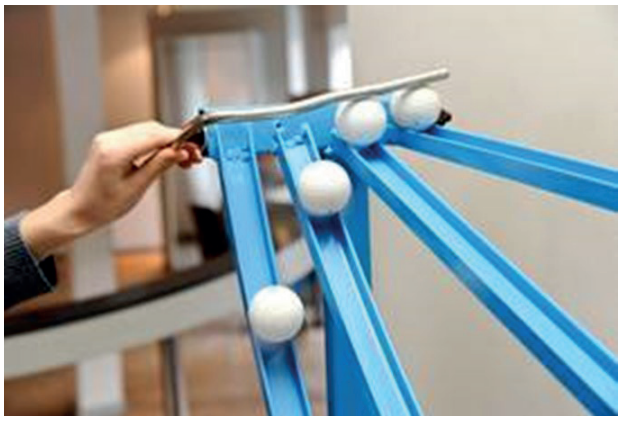
Das Erlebnismuseum bietet rund 200 interaktive Stationen zum Experimentieren und Erkunden. Zusammen können kleine und große Menschen mit allen Sinnen forschen und tüfteln.
Wir gestalten einen Tag ganz nach der Gleichung:

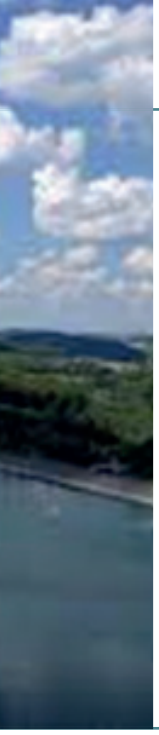
Forschen+Neugier=Spaß ² und freuen uns auf viele strahlende und verblüffte Augen.

Die genaue Uhrzeit steht noch nicht genau fest, wird dann aber in einer separaten Einladung einige Wochen vor der Veranstaltung bekannt gegeben.

Gerne können Sie sich bis zum 30.09.2023 bei Frau Brömmeling anmelden unter
✉ broemmeling@ev-jugendhilfe-menden.de







am 17.06.2023 für die ganze Familie

Wer mag fährt mit dem Kanu raus zu neuen Ufern. Beim Bogenschießen ist höchste Konzentration gefordert, und bei einer Schatzsuche müssen alle Sinne genutzt werden, um den Schatz zu finden. Seien Sie als Familie dabei und nehmen die Herausforderung an. Alle Angebote richten sich an Groß und Klein und jede und jeder bestimmt dabei auch seine eigenen Grenzen.

Wir freuen uns auf einen aktiven und ereignisreichen Tag mit der gesamten Familie.
Damit alle genug Energie und Power haben, werden wir mit einem reichhaltigen Grillbuffet versorgt. Beim gemeinsamen Essen besteht die Möglichkeit, die anderen Herausforderer besser kennenzulernen
.

Anmeldungen nimmt Hannah Padur, Pflegekinderdienst des Märkischen Kreises,
unter 02351-966 6656 oder h.padur@maerkischer-kreis.de gerne entgegen.

Reitspaß in den Sommerferien

In der 2. Woche der Sommerferien bieten wir in diesem Jahr für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren einen Ferienspaß auf dem Isländerpferdehof Herberge in Schalksmühle an.

Wir beginnen um 8 Uhr mit einem gemeinsamen Frühstück. Bis 17 Uhr steht ein erlebnispädagogisches Angebot auf dem Programm. Es gibt tägliche Reitstunden und gemeinsames Spielen. Auch zum Toben auf dem Hof oder Heuboden, Entdeckungen im Wald, Kuscheln mit den Pferden, Katzen oder Kaninchen, Stallarbeit Pferde striegeln und füttern, bleibt genügend Freiraum.

Das Mittagessen bereiten wir gemeinsam zu. Um 17:00 werden die Kinder dann zufrieden und ausgepowert wieder abgeholt.

Neben viel Spaß, geht es um ein gutes Miteinander, an das sich alle gerne lange erinnern. Betreut werden die Kinder von der Reitpädagogin Sonja Fröhling und einem qualifizierten Helferteam.

Wir freuen uns auf eine spannende und erlebnisreiche Woche!

Die Ponyfreizeit findet in diesem Jahr vom
03. – 07. Juli 2023 täglich von 8 – 17 Uhr statt!

Ort: Isländerpferdehof Herberge
Herberge 2
58579 Schalksmühle

Anmeldeschluss ist der 31.05.2023
Die Reihenfolge der Anmeldung beeinflusst die Platzvergabe!!!

Anmeldungen bitte direkt bei Frau Hellwig
02351/ 966 6527
i.hellwig@maerkischer-kreis.de

BVB-STADIONTOUR

Stadiontour im Westfalenstadion

(Signal-Iduna-Park)

Zum Ende der Sommerferien ein Highlight für BVB Fans ....für Pflegeväter, Pflegemütter, Pflegekinder , Geschwister.....
kurz: für die ganze Familie !

Dieser Ort, ein Wahrzeichen der Stadt Dortmund, hat auch außerhalb der Spieltage eine ganz eigene, besondere Atmosphäre, die es zu entdecken gilt. Erlebt den engsten Spielertunnel der Bundesliga, nehmt Platz auf der Trainerbank, erkundet die Spielerkabine und spürt die Energie der „gelben Wand" auf der Südtribüne.

Die BVB-Stadiontour blickt hinter die Kulissen und stellt Ihnen/Euch Menschen vor, die rund um den BVB Vollgas geben. Ausgangspunkt der BVB-Stadiontour ist das BORUSSEUM. Von dort starten Sie/Ihr auf eine Besichtigungsrunde durch den SIGNAL IDUNA PARK und besuchen einen VIP-Raum, die Pressetribüne, Mixed-Zone und Spielerkabine, den Rasenrand, die Trainerbank und das Stadiongefängnis.

Sie werden/Ihr werdet begleitet von einem BVB-Stadion-Guide, der unterwegs nicht nur interessante Aspekte rund um Borussia Dortmund und den SIGNAL IDUNA PARK näher bringen kann, sondern auch für alle Fragen ein offenes Ohr hat. An ausgewählten Multimedia-Stationen erhält man darüber hinaus spannende Einblicke in die Abläufe eines Spieltags.

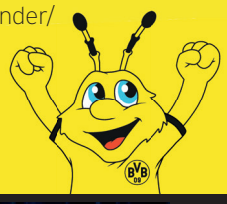
Im Anschluss gibt es für alle Teilenehmenden noch einen Currywurst-Imbiss mit Getränken.
BVB-Tour adrenalinverstärkt

Dauer ca: 2,5 h
Datum: **Samstag, 5. August 2023**
Uhrzeit **12:00-14:30 Uhr**
Treffpunkt der Stadiontour ist das FoyerWest im SIGNAL IDUNA PARK.

Hier gibt es alle weiteren Informationen.
Bitte seien Sie frühzeitig (ca. 15 Min. vorher) vor Ort.

Verbindliche Anmeldung bis zum 19. Juli 2023 bei Frau Finke per mail unter

finke@ev-jugendhilfe-menden.de oder
0175 738 90 34
(mit Angabe der teilnehmenden Erwachsenen und Kinder/Jugendlichen)



Für die anderen Fanherzen könnte es bei genügend Interesse 2024 eine Nachtführung in Gelsenkirchen geben.

2. Herbstwanderung

Für Pflegefamilien und Fachberater*innen der Pflegekinderhilfe im Märkischen Kreis

Samstag, den **23.09.2023** von **10:00 – 14:00 Uhr** möchten wir erneut zusammen wandern.

Sind Sie dabei?

(Fast) alle Fachberater*innen des Pflegekinderdienstes und der Stiftung Ev. Jugendhilfe Menden machen sich zusammen mit Ihnen, Pflegefamilien aus dem Märkischen Kreis, auf den Weg.

Gemeinsam Gehen!
Gemeinsam Lernen!
Gemeinsame Gespräche!

Kinder können sich auf ein gesondertes Kinderprogramm freuen, die Erwachsenen auf fachlichen Input und einen regen Austausch.

Im Moment suchen wir noch eine schöne moderate Wanderstrecke mit Einkehrmöglichkeit, die für alle Familien im Märkischen Kreis gut zu erreichen ist.

Haben Sie eine schöne Idee???

Dann melden Sie sich doch gerne direkt bei Ihrer Fachberaterin/Ihrem Fachberater!

Anmeldeschluss ist der 15. September 2023!

Bei Interesse oder Rückfrage melden Sie sich gerne bei Frau Finke:

✉ finke@ev-jugendhilfe-menden

☎ 0175 738 90 34

Alle Details gibt es direkt nach Anmeldeschluss.

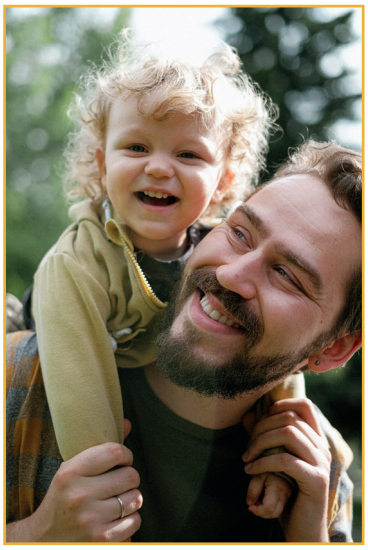
Wir freuen uns wieder auf einen unvergesslichen Tag in der bunten Natur.

Bildungswochenende in Attendorn-Neulisternohl

Von Freitag, den **10.11.2023 bis Sonntag, den 12.11.2023** findet das beliebte Familienwochenende für Pflegefamilien wieder statt!

Wir laden alle Pflegeeltern im Märkischen Kreis mit der ganzen Familie von Freitagabend bis Sonntagmittag mit Kinderbetreuung und Vollverpflegung zum Familienbildungswochenende ein.

- ✔ Zeit für Fortbildung
- ✔ Zeit zum Austausch
- ✔ Zeit für Beratung
- ✔ Zeit für die Familie
- ✔ Zeit für Neues
- ✔ Zeit für Kontakte
- ✔ Zeit für Gemeinschaft
- ✔ Zeit zum Spielen



Das und noch vieles mehr erwartet Sie, wenn Sie sich anmelden. Anmeldeschluss ist in diesem Jahr der 30.09.2023. Bitte melden Sie sich per Mail bei **Frau Brömmeling**:

✉ broemmeling@ev-jugendhilfe-menden.de

Alle Details erhalten Sie dann im Vorfeld des Wochenendes.

Kurze Umfrage Pflegefamilien Anschreiben

Die Jugendämter im Märkischen Kreis und die Stiftung Ev. Jugendhilfe Menden arbeiten seit Mitte 2022 mit wissenschaftlicher Unterstützung durch das Institut Perspektive aus Bonn intensiv an Möglichkeiten zu mehr Beteiligung für Menschen in der Pflegekinderhilfe.

Die Angebote der Pflegekinderdienste für Pflegefamilien und Pflegeeltern werden aktuell sehr unterschiedlich angenommen. Wer, wenn nicht Sie, könnte uns dabei helfen, ein passgenaues Angebot zu entwickeln, das den Bedürfnissen der Pflegefamilien entspricht?
Wir möchten Sie daher bitten, sich dafür 5 Minuten Zeit zu nehmen und an unserer anonymen Umfrage für Pflegeeltern teilzunehmen. Gerne dürfen Sie dort auch weitere Anregungen mit uns teilen.

Zur Umfrage gelangen Sie über folgenden Link:
https://survey.lamapoll.de/Umfrage-Pflegefamilien-

Oder diesen QR-Code:

KLOPFEN, KURBELN, AUGENVERDREHEN

Mitarbeiter*innen der Ev. Jugendhilfe Menden hatten bereits die Gelegenheit, im Rahmen einer internen Fortbildung, PEP® kennen zu lernen, eine wirkungsvolle Technik zur Selbstfürsorge und zur Selbstregulation in Stresssituationen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Mit einfachen Kombinationen von bestimmten Bewegungen und Worten können Ängste, Wut, innere Unruhe oder starke Aufregung vor besonderen Ereignissen selbstständig reguliert werden.

Frau Kirschbaum, Psychologin und PEP Dozentin aus Neuss, stellt PEP® (Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie) im Rahmen des Pflegeelternwochenende in einem der Fortbildungsmodule mit vielen praktischen Beispielen vor.

Buchtipp

Klopfen für Kinder

Das „Klopfen nach PEP“ Vorlese-Buch erzählt von vier Kindern, jedes von ihnen hat von Zeit zu Zeit Schwierigkeiten, und so lernen sie von ihrer neuen Lehrerin Frau Mai die PEP-Klopftechnik. Jedem der Kinder ist ein eigenes Kapitel gewidmet und nach und nach werden ihnen und den Lesern alle PEP Übungen vorgestellt. Mit anschaulich illustrierten zahlreichen Bildern werden die PEP Tricks vermittelt. Das Buch wendet sich direkt an Kinder. Um den bestmöglichen Nutzen zu erzielen, sollte es gemeinsam mit einem Elternteil oder einer betreuenden Person gelesen oder vorgelesen werden.

141 Seiten - ISBN 978-3-8497-0306-6

TERMINE kompakt 2023

Februar
Brunch und Zauberei — 25. Februar

März
2. Infoabend zum Thema „FASD“ — 28. März

April
Alpaka Spaziergang — 11. April

Mai
Frühlingsfest — 6. Mai
Familienaktionstag — 13. Mai

Juni
Big Biggesea Battle — 17. Juni

Juli
Reitspaß in den Sommerferien — 3. - 7. Juli

August
Stadiontour im Westfalenstadion — 5. August

September
Fachtag Beteiligungsoffensive — 15. September
Herbstwanderung — 23. September

Oktober
Ausflug Phänomenta Lüdenscheid — 14. Oktober

November
Bildungswochenende in Attendorn — 10. - 12. November

Impressum:

Stiftung Ev. Jugendhilfe Menden
Christiane Finke

Droste-Hülshoff-Str. 70
58708 Menden

Telefon 02373 91 955-83
Mobil 0175 738 90 34
E-Mail finke@ev-jugendhilfe-menden.de

© https://stock.adobe.com/de/

Best of Expertentipps?!

Heute auch für Kinder und Jugendliche

Aufräumen ist in vielen Familien ein echter Streitpunkt.

Zum einen gibt es unterschiedliche Einschätzungen. Was für den einen/die eine unordentlich aussieht, hat eigentlich alles seine Ordnung. Zum anderen haben Eltern oft ein anderes Ordnungsbedürfnis als Kinder.

Damit es dann nicht immer Streit gibt, hier ein paar Tipps:

Manchmal kann es leichter fallen aufzuräumen, wenn man weiß, wo die Vorteile liegen.

- Die meisten Menschen fühlen sich in einem aufgeräumten Zimmer irgendwie besser als in einem unordentlichen.
- Wenn es aufgeräumt ist, können wir uns besser konzentrieren!
- Man hat Platz zum Spielen.
- Du weißt, wo welche Spielsachen sind.
- Ans Aufräumen kann man sich gewöhnen, so wie ans tägliche Zähneputzen, dann ist es nicht mehr so anstrengend damit anzufangen.
- Wenn man jeden Tag nur 10 Minuten aufräumt, wird es nie so viel, dass man denkt man schafft es nicht mehr.

Aufräumen klappt am besten, wenn man es sich auch ein bisschen schön dabei macht.

- Macht euch Musik dabei an, die Euch gefällt, gerne auch mal ein bisschen lauter.
- Macht euch eine eigene Challenge: wie lange hab ich heute gebraucht? Morgen bin ich 5 Minuten schneller. Oder jetzt räume ich erst alles weg, was rot ist, jetzt alles grüne und so weiter.
- Vielleicht gibt es ja etwas, mit dem du dich danach belohnen kannst. Vielleicht deine Lieblingsserie gucken, ein Eis essen oder die beste Freundin anrufen?

Ein aufgeräumtes Zimmer und weniger Stress mit den Erwachsenen können auch schon eine echte Belohnung sein 😊!

Möchtet Ihr, dass Euer Lieblingswitz hier erscheint?
Dann sendet ihn per Mail an: finke@ev-jugendhilfe-menden.de.

Wir freuen uns über jeden Witz!

Witz der Woche

Lina fragt: „Mama möchtest du ein Eis?“
Mama antwortet „Nein Danke.“
Lina: „Gut. Jetzt frag du mich!“

(Addy, 6 Jahre alt)

Herausgeber: Märkischer Kreis - Jugendamt - Pflegekinderdienst & Stiftung Ev. Jugendhilfe Menden