

vernetzen + stärken + professionalisieren

IKS
Sachsen

Weiterbildung · 8 UE

Gesund und stabil den Alltag in der Kindertagespflege gestalten – Eine Fortbildung für Tagesmütter in den Wechseljahren

31. August 2024 · 09:00 – 16:00 Uhr

„Man bleibt jung, solange man noch lernen, neue Gewohnheiten annehmen und Widerspruch ertragen kann.“
(Marie von Ebner-Eschenbach)

Die Wechseljahre sind eine spannende Lebenszeit, vergleichbar mit der Pubertät, die jede Frau durchlebt hat.

Mit etwa 45 Jahren spüren zwei Drittel der Frauen, dass etwas in ihrem Leben anders wird. Es ist wie ein Weckruf in eine neue Lebensphase, welche bis zu zehn Jahre andauern kann und wo Vertrautes aus der Balance kommt.

Tagesmütter haben den Anspruch, jeden Tag verlässlich, gesund und ausgeglichen zu sein. Wie kann das in dieser Zeit gelingen?

Wissen um hormonelle Umstellungen, das Verständnis für Prozesse im eigenen Körper und Impulse für Veränderungen des persönlichen Lebensstils sind Bausteine dieses Tages.

Methodik:

- Theoretischer Input
- Erfahrungsaustausch
- Methoden zur Körperwahrnehmung und Entspannung



Kerstin Leubner

Ich bin
Diplomsozialpädagogin und
Systemischer Coach.
Viele Jahre war ich als
Leiterin eines
Familienzentrums in der
Erwachsenenbildung tätig.
Naturverbunden sein
könnte die Überschrift zu
meinen verschiedenen
Angeboten lauten. Ich bin
seit fast 10 Jahren in der
Fortbildung von
Tagespflegepersonen
unterwegs, biete
Kräuterwanderungen und
Seminare an. Die Natur und
ihre Rhythmen in unser
Leben zurückzuholen und
auch den Kindern vertraut zu
machen, mir ein großes
Herzensanliegen.
Eine Eltern-Kind-Gruppe zum
Thema essbare Wildpflanzen
begleite ich seit längerer
Zeit.

Kosten:

45 € inkl.
Getränke und
Verpflegung

Veranstaltungsort:

Familienzentrum
Lichtblick e.V.
Markkleeberg

Zielgruppen:

Tagesmütter*väter,
Pädagog*innen,
Interessierte

**Termin: Samstag,
31.08.2024**

Zeit: 09:00-16:00 Uhr

Anmeldung

Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs angenommen. Sie erhalten eine persönliche Einladung, bzw. werden benachrichtigt, falls Sie nicht teilnehmen können.

Ihre **verbindliche** Anmeldung senden Sie bitte mit diesem **vollständig ausgefüllten** Formular **bis 20 Tage vor Veranstaltungsbeginn**

per E-Mail an: info@iks-sachsen.de oder
 per Post an: Der PARITÄTISCHE Sachsen
 Informations- und Koordinierungsstelle Kindertagespflege in Sachsen (IKS)
 Stiftstraße 11 · 08056 Zwickau

Oder Sie nutzen unsere **Onlineanmeldung**: <https://iks-sachsen.de/veranstaltungen/online-anmeldung>.

Datum der Veranstaltung:		
Titel der Veranstaltung:		
ggf. Titel des Workshops/Seminars:		
Name, Vorname:		
Anschrift:	<input type="checkbox"/> Privatanschrift	<input type="checkbox"/> Dienstanschrift
Tel./Fax.:		
E-Mail:		
Tätigkeit:		

Datenschutz

Mit Ihrer Anmeldung stimmen Sie der Verwendung Ihrer Daten zu. Über Ihre bei uns gespeicherten Daten erteilen wir Ihnen jederzeit Auskunft. Sie haben das Recht, diese Einwilligung mit Wirkung für die Zukunft jederzeit zu widerrufen. In diesem Fall werden Ihre personenbezogenen Daten umgehend gelöscht. Nähere Informationen zu unseren [Datenschutzregelungen](#) lesen Sie auf der Website <https://www.iks-sachsen.de/datenschutz>

Teilnahmebedingungen

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass ein kostenfreier Rücktritt von der Teilnahme nur bis sechs Tage (maßgeblich Posteingang beim Paritätischen) vor Veranstaltungsbeginn schriftlich möglich ist. Erfolgt eine Abmeldung innerhalb von fünf Tagen vor Veranstaltungsbeginn, berechnen wir Ihnen 100 Prozent der Fortbildungsgebühr. Fällt der Veranstaltungstermin auf einen Samstag, ist eine kostenfreie Abmeldung nur bis einschließlich Freitag der vorherigen Woche möglich. Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass die anmeldende Person für die Anmeldung von dritten Personen verantwortlich ist. Eine Ersatzbenennung von Personen ist jederzeit kostenfrei möglich!

Ort/Datum

Unterschrift