

Herzlich willkommen im Bildungshaus Schloss St. Martin

BEGEGNEN ▪ BEGEISTERN ▪ BILDEN



Schwerpunkt Familienbildung



Herausforderungen und Chancen für Familien in Zeiten von Covid-19

Herausforderungen

- Homeschooling
- Homeoffice
- Haushaltsmanagement

- Sorge um den Arbeitsplatz/Arbeitslosigkeit
- Wie geht es wirtschaftlich weiter?
- Wann öffnen die Schulen wieder?
- Existenzsorgen und Unsicherheiten
- Generelle Ungewissheit

Homeschooling

Homeoffice

Haushaltsmanagement

Besondere Herausforderung für Frauen:

- Doppel- und Mehrfachbelastung
- Wie bringt frau alles unter einen Hut ohne dabei selbst die Energie zu verlieren?
- Rückschritt Vereinbarkeit von Beruf und Familie

Tipps zu den Themen:

- Homeschooling
- Homeoffice
- Haushaltsmanagement

Tipps Homeschooling

- Gewohnheiten Tagesstruktur: z. B. Aufstehen und ins Bett gehen
- Klare Strukturen: Lernzeiten, Freizeit
- Geeigneter Arbeitsplatz, ohne Ablenkung
- Regelmäßig Lüften
- Wasser anbieten

Tipps Homeschooling

- Lernplan erstellen
- Lernfortschritte kontrollieren
- Hilfe und Unterstützung anbieten
- Bei Unklarheiten bei den Lehrer*innen nachfragen
- Lernzeiten und Pausen einplanen
- Rückzugsmöglichkeiten für Eltern und Kinder schaffen

Tipps Homeoffice und Haushaltsmanagement

Work und Balance

- ✓ Klare Strukturen
- ✓ Bewusste Pausen
- ✓ Gesunde Ernährung
- ✓ Bewegung in frischer Luft
- ✓ Hilfe und Unterstützung annehmen
- ✓ Druck rausnehmen, Abstriche machen
- ✓ Es muss nicht alles perfekt sein

Tipps Homeoffice und Haushaltsmanagement

- ✓ Zuversicht, Gelassenheit
- ✓ Weniger ist mehr
- ✓ Auf Wohlbefinden achten
- ✓ Austausch mit Arbeitskolleg*innen
- ✓ Austausch mit anderen Eltern
- ✓ Beziehungen in der Familie pflegen
- ✓ Streiten können - Aussprache

Welche Perspektiven gibt es?

- Neue Erkenntnisse im Umgang mit dem Virus
- Hoffnung auf baldige Öffnung der Einrichtungen
- Aussicht auf Impfung
- Neue Wege wagen: beruflich und privat

Welche Perspektiven gibt es?

- Investition in das Gesundheitssystem
- Ausbau der regionalen Wirtschaft
- Eine neue Wirtschaft – zurück zum Sinn – Buchempfehlung
- Honorierung und Wertschätzung der Personen in systemrelevanten Berufen

ZWEI UND MEHR

Eltern und Großeltern sind Expert*innen

Der Familienalltag ist vielfältig.

Information und Beratung

www.familie.steiermark.at

Ermutigung zur Beratung bei offenen Fragen

Videobotschaften und Elterntipps vom Familienreferat Oberösterreich

[https://www.familienkarte.at/de/familienkarte/oefamilienkarte/highlights/detail/action.view/entity.detail/key.1588.html?
utm_source=www.familienkarte.at&utm_campaign=2020-11-02-Familienkarte%20%2F%20Mut%20und%20Spa%C3%9F%20darf%20nicht%20verloren%20gehen%21&utm_medium=newsletter](https://www.familienkarte.at/de/familienkarte/oefamilienkarte/highlights/detail/action.view/entity.detail/key.1588.html?utm_source=www.familienkarte.at&utm_campaign=2020-11-02-Familienkarte%20%2F%20Mut%20und%20Spa%C3%9F%20darf%20nicht%20verloren%20gehen%21&utm_medium=newsletter)

Chancen

- Gemeinsame Zeit mit der Familie
- Spielen
- Lesen
- Beitrag zum Klimaschutz
- Dinge erledigen - jetzt
- Bildung
- ...

Spiele - Brettspiele und andere

Ludovico Graz - online

<https://www.ludovico.at/index.php/videos/>



© pixabay.com

Spiele

Brettspiele und andere

Ludovico Graz www.ludovico.at

- 3000 Brett-u. Kartenspiele
- Spielen in der Ludothek
- Spieleverleih gegen geringe Gebühr
- Online Spiele

Lesen

- Eigene Bücher hervorholen
- Bücher ausleihen



© pixabay.com

Bibliotheken

- Verleih von Büchern, digitalen Medien und Spielen
- Bibliotheken in Graz und Umgebung
- Lesezentrum Graz
- DigiBib Steiermark:
die digitale Medienplattform
für öffentliche Bibliotheken

Beitrag zum Klimaschutz



Keller, Dachboden, Kästen
durchforsten

- Dinge wiederverwerten
- Aus Altem etwas Neues machen
- upsynceln
- Dinge fachgerecht entsorgen
und somit Freiraum schaffen

Fit durch Bewegung

- Bewegung in frischer Luft oder Fitnessstraining zu Hause



© pixabay.com

Aktuelle Online Kurse St. Martin

<https://www.verwaltung.steiermark.at/cms/ziel/114524641/DE/>

Fit durch gesunde Ernährung

- Kochen und Backen



© pixabay.com

Aktuelle Online Kurse St. Martin

<https://www.verwaltung.steiermark.at/cms/ziel/114524641/DE/>

Advent und Weihnachten mit St. Martin



Adventkalender

Öffne jeden Tag ein Fenster.....

demnächst online

Bildung

Familienbildung in St. Martin

Vorschau

Ein Schloss für alle

Anmeldungen über unsere Website:

www.schlossstmartin.at

Kursnummer 112 FAM-120-121-122



1. Termin: SA, 27.2.2021, 10-12 Uhr

2. Termin: SA, 27.3.2021, 10-12 Uhr

3. Termin: SA, 10.4.2021, 10-12 Uhr

Mit Christine Heinz-Melbinger, MAS
Treffpunkt: Schlosshof
Anmeldung bis
jeweils zwei Tage vor der Veranstaltung

KOSTENLOS

120 St. Martin – ein Schloss für alle

121 St. Martin – ein Schloss für alle

122 St. Martin – ein Schloss für alle

Gerne öffnen wir unsere Türen, um Sie durch das Schloss zu führen. Wir laden alle ein, die historischen Räume zu erkunden und mit uns einen Spaziergang im und um das Schloss zu machen. Lernen Sie unsere Angebote und die wunderbare Umgebung kennen. Genießen Sie das Ambiente und besuchen Sie uns mit Ihrer ganzen Familie. Kleine Überraschungen stehen bereit. Für die Kinder gibt es ein spannendes Suchspiel.

Familientage in St. Martin Kreativität und Vielfalt

Family days in St. Martin creativity and diversity

126 DO, 3.6.2021, 15 Uhr bis SO, 6.6.2021, 11 Uhr

Für Familien, Großeltern, Alleinerziehende mit Kindern und Jugendlichen von 0 bis 17 Jahren

KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK



KREATIVWERKSTATT LAGERFEUER GESPRÄCHSRUNDEN

all inclusive (Vollpension, Seminarbeitrag, Material):
Pro Erwachsenen € 217,60
Kinder* 0-6 Jahre kostenlos
Pro Kind* 7-17 Jahre € 122,-
Ab dem 3. Kind* kostenlos
*Kinder, die im eigenen Steirischen Familienpass eingetragen sind

Leitung:

Christine Heinz-Melbinger, MAS
Pädagogische Referentin

Mitzubringen: Outdoorbekleidung

Detailprogramm bitte anfordern!
Anmeldeschluss 3.5.2021



... und weitere Angebote für Familien
finden Sie auf unserer Website:

www.schlossstmartin.at

- Pikler®Spielraum
- Eltern Kind Turnen
- Webinar für bewusste Ernährung
- ...

Mit Zuversicht in die Zukunft

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen in St. Martin.

Kontakt Familienbildung:
Christine Heinz-Melbinger, MAS

E-Mail: christine.heinz-melbinger@stmk.gv.at

Telefon: 0316 28 36 55-230

Das Bildungshausteam wünscht Ihnen alles Gute!

- Kommen Sie gut durch diese herausfordernde Zeit!
- Nutzen Sie die Chancen!
- Nehmen Sie bei Bedarf Hilfe in Anspruch!
- Gehen Sie mit Zuversicht in die Zukunft!

Zukunft durch Bildung!

 schlossstmartin

www.schlossstmartin.at

