

ZUSAMMENHALT.ZUVERSICHT – Newsletter Ausgabe 01/2024



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen



Mit dem neuen Jahr 2024 wollen wir im Projekt der Familienpaten Erlangen wieder Neues wagen und Altes aufleben lassen. Daher gibt es ab sofort einen neuen Newsletter unserer Reihe Zusammenhalt.Zuversicht, der im Jahr 2020 in Zeiten von Corona entstanden war. Der Newsletter wird im Jahr 2024 alle 3 Monate (Januar, April, Juli und Oktober) erscheinen und beinhaltet Zahlen & Fakten, Geschichten, Aktuelles aus dem Projekt der Familienpatenschaften, Tipps und Anregungen, Angebote für Familien in Erlangen uvm. Er ist für alle Interessierte zugänglich und darf gerne geteilt werden.

Wir starten in das Jahr 2024 in Erlangen mit **63 ehrenamtlichen Familienpat:innen**. Wir freuen uns auf zwei neue Familienpatenschulungen im Frühjahr und Herbst, vier Patentreffen, zwei Supervisionen und eine Fortbildung, sowie einem tollen Ausflug mit den Patenfamilien und unserem jährlichen Patenessen mit Ehrung der neuen und langjährigen Pat:innen. Zudem wollen wir die Vernetzung -durch Tandembildung und Kontaktdatenaustausch- untereinander weiter vorantreiben. Die Warteliste ist weiterhin lang und viele Familien wünschen sich ein/en Familienpat:in in Erlangen. Wir möchten daher weiterwachsen und hoffen, noch mehr Familien unterstützen zu können.



Wir blicken auf eine **erfolgreiche Weihnachtsgeschenkeaktion im Dezember 2023** zurück und danken allen langjährigen Spendern, die unser Projekt so zuverlässig unterstützen, sodass dies möglich ist. Wir konnten dadurch allen 47 Patenfamilien ein Spiel schenken, das sich der Kommunikation widmet. Fragekarten geben Anstöße, sich miteinander auszutauschen, Gefühle zu benennen und eigene Vorstellungen zu erklären oder

sich gemeinsam auf eine Fantasiereise zu begeben. Es konnten zusätzlich zu Weihnachten 51 Kindern und Jugendliche aus den Patenfamilien mit individuellen Geschenken beschenkt werden. Es konnten nützliche und notwendige Wünsche wie Winterschuhe, Winterjacke oder ein Schneeanzug, aber auch eine Holzlieferung für den Kamin finanziell unterstützt werden. Zusätzliche Geschenke wie Spiele, Bücher, Gutscheine für Ausflüge rundeten die Weihnachtsaktion ab. Ich danke allen Beteiligten für Ihre Kreativität und Ihre Mühe beim Schenken und Organisieren.

Ich habe dieses Jahr 2024 mit einer Teilnahme eines Online Vortrages zum Thema „ADHS oder Gefühlsstark?“ im Zwergenland Eckental begonnen und nehme aus diesem Vortrag einmal mehr das Gefühl mit, dass heutzutage die **erzieherischen Herausforderungen im Umgang mit Gefühlen** manchmal unterschätzt werden. Ich möchte ermuntern, nicht nur die Gefühle der Kinder als starke Emotionen wahrzunehmen, sondern auch sich selbst zu reflektieren und Gefühle zuzulassen, zu benennen, einzuordnen, zu erklären, zu spüren und so den Kindern ein Vorbild zu sein. Denn wir Erwachsene können den Gefühlen Worte geben und den Kindern

Strategien vorleben mit Gefühlen umzugehen. Eine Idee im Kurs war ein Gefühlstagebuch zu führen- sowohl für das Kind, aber auch die Eltern- sodass ein gleichberechtigter und intensiver Austausch darüber entstehen kann und wir uns auf Augenhöhe begeben. Ich möchte Mut machen über alle Gefühle, die uns bewegen, ins Gespräch zu kommen. Denn Gefühle sind nicht falsch, nur unterschiedlich und darüber lohnt es sich zu reden.

In diesem Sinne möchte ich gerne ein Gedicht aus dem Adventskalender „Der Andere Advent 2023“ aufgreifen:

Manchmal spricht ein Baum durch das Fenster mir Mut zu.

Manchmal leuchtet ein Buch als Stern auf meinem Himmel.

Manchmal ein Mensch, den ich nicht kenne, der meine Worte erkennt. <Rose Ausländer>



Zum Weiterdenken und -lesen:

- Zu jedem Start in das Jahr und jedem Jahreswechsel, gehört der Start in einen neuen Tag und der Abschied am Abend. Hast du schon von der **App „Aumio“** gehört? Diese App wird von der Krankenkasse bezuschusst und kann Kindern helfen besser in den Schlaf zu finden. Vielleicht könnte das eine Hilfe für Kinder sein, die sich schwerer vom Tag verabschieden können?
- Das **Kinderbuch** „Und was fühlst du, Känguru?“ von Nora Imlau und Lisa Rammensee widmet sich dem Thema starke Gefühle und gefühlsstarke Kinder. Es kann ab sofort im Kinderschutzbund Erlangen in der kleinen eigens angelegten Bibliothek ausgeliehen werden.
- Die VHS in Erlangen bietet zum Jahresstart den **Vortrag „Family-Life-Balance - Alltagsorganisation für Familien“** von Carolin Deutschmann am 18.1.2024 um 19.30Uhr an. Vielleicht eine Möglichkeit neue Vorsätze in der Familie anzustoßen? (Anmeldungen unter: <https://www.vhs-erlangen.de/p/gesellschaft/paedagogik-und-elternbildung-480-C-23W250057>)
- Oder suche ich eher eine **Körperbetonte Strategie** zur Unterstützung bei Herausforderungen im Alltag, dann könnte der Kurs „Kopf hoch! Mentale Stabilität und Selbstfürsorge mit BODY 2 BRAIN CCM®!“ beim Kinderschutzbund Erlangen am 16.1.2024 um 20 Uhr etwas sein? (Programm Kinderschutzbund Erlangen Online: <https://www.kinderschutzbund-erlangen.de/programm/>)
- **Die Frage an mich selbst:** Wie starte ich in das neue Jahr 2024? Wie ist mein Ist-Zustand? Wie ist mein Ausgangspunkt? Benötige ich eventuell neue Krafttankstellen oder bin ich aktuell gut ausgestattet für das neue Jahr und die kommenden Aufgaben? Auch im ehrenamtlichen Engagement benötigen wir immer wieder die Reflexion: erfüllt mich die

ZUSAMMENHALT.ZUVERSICHT – Newsletter Ausgabe 01/2024



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen



Aufgabe? Habe ich Freude daran? Muss ich eventuell etwas verändern z.B. das Zeitfenster, den Ort, das Ehrenamt etc.?

- Sucht ihr noch einen **Kalender 2024 voller Vielfalt** z.B. mit allen interkulturellen Festen? Dann schaut auf : <https://www.bamf.de/SharedDocs/Meldungen/DE/2023/230924-am-interkulturelle-woche-kalender.html?nn=282388> und ladet ihn euch gern kostenfrei herunter.
- **Bastelidee** für den Jahreswechsel: Vielleicht willst du dich doch nochmal mit Familie oder Freunden zusammensetzen und gemeinsam eine Collage entwerfen, was ihr für Wünsche und Hoffnungen für 2024 habt. Was wollen wir erleben? Was wollen wir lernen? Wen möchte ich treffen? Was möchte ich essen? Was möchte ich bewusst erleben? Was möchte ich aussortieren? Es ist spannende dies zu verbildlichen und am Ende des Jahres wieder anzusehen und zu vergleichen...

In diesem Sinne wünsche ich allen ein gesundes und glückliches neues Jahr 2024 und freue mich auf die gemeinsamen Begegnungen, Gespräche und Herausforderungen.

