

## Programm-Übersicht Schuljahr 2025/2026



**Mi, 12.11.2025**  
**19.00-21.00 Uhr**  
**Zusatztermin**

**RESILIENZ - Was die Seele stärkt und Kindern im belastenden Alltag hilft | Gastreferentin: Gesa Krämer**

Ob Schulstress, Mobbing oder globale Krisen – Kinder spüren Belastungen jeden Tag. Sie schauen, wie wir Eltern damit umgehen. Gemeinsam suchen wir Wege, sie stark zu machen.

**Mo, 24.11.2025**  
**19.00-21.00 Uhr**

**Die Handynutzung unserer Kinder im Blick –  
Familieneinstellungen auf iOS und Android**

**Experten: Benjamin Ulrich (Aktive Medienwerkstatt Kassel) und Tom Guedella (medienmachbar), Moderation: Bettina Keßler & Thomas Sohler**

Handys gehören für Kinder und Jugendliche längst zum Alltag – doch wie können wir Eltern dafür sorgen, dass unsere Kids gut geschützt und sicher unterwegs sind? Wir zeigen Ihnen Schritt für Schritt, welche Familieneinstellungen Sie bei iOS- und Android-Geräten vornehmen können:

- Altersfreigaben für Apps, Spiele, Musik und Filme
- Zeitlimits für einzelne Apps oder Kategorien
- technische Schutzmöglichkeiten, die wirklich helfen

Neben den praktischen Tipps zu den Geräteeinstellungen gibt es außerdem Impulse für die „inneren Einstellungen“ in der Medienbegleitung: Wie Sie Regeln gemeinsam mit Ihrem Kind entwickeln, Konflikte vermeiden und Ihr Kind sicher in der digitalen Welt begleiten.

**Mo, 26.01.2026**  
**19.00-21.00 Uhr**

**Ehrenamt 2.0 – digitale Tools für Elternbeirat und Vereinsvorstand**  
**Referent: Thomas Sohler**

Entdecken Sie, wie digitale Helfer Ihre Arbeit als Elternbeirat oder Vereinsvorstand erleichtern. Lernen Sie praxisnah, wie Sie Texte schneller erstellen, Termine koordinieren, Umfragen starten und kreative Materialien gestalten – alles ohne Technik-Frust. Machen Sie Ihr Ehrenamt smart, kreativ und effizient! Tools: Mentimeter, Forms, Nuudel, ChatGPT, Copilot, Canva, Onedrive, Onenote, Brevo, t1p.de, u.a.

### Anmeldungen



**Anmeldungen** für einen oder mehrere Kurse online über das Forms-Formular **via QR-Code** oder Kurzlink:  
<http://x-qr.net/1RaH>