

Pädagogischer Fachtag
für Fachkräfte in Kita &
Familienzentrum

ICH KANN DAS!

GELASSEN UND GESTÄRKT IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG

Dienstag, 19.05.2026
09:30 bis 16:00 Uhr



JETZT ANMELDEN!

ICH KANN DAS!

Gelassen und gestärkt im pädagogischen Alltag

Der Kita-Alltag ist geprägt durch große körperliche und emotionale Herausforderungen. Zunehmende Mehrarbeit aufgrund von Personalengpässen, der Umgang mit herausfordernden Kindern und Eltern, Dokumentationen, Zeitdruck und Lärm wirken als Zerreißprobe. Um sich nicht vom Stress besiegen zu lassen, ist innere Stabilität von zentraler Bedeutung.

Unser Fachtag bietet den Raum, neue Impulse für die tägliche Kita-Arbeit zu erfahren und persönliche Ressourcen gezielt zu stärken. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie es gelingen kann, auch in herausfordernden Momenten handlungsfähig zu bleiben, Orientierung zu geben und Kindern verlässlich zu begegnen. Denn professionelle Gelassenheit ist eine wesentliche Grundlage für wirksames pädagogisches Handeln – und die gute Nachricht ist: Man kann sie entwickeln!

Neben fachlichen Anregungen lädt der Tag dazu ein, im Austausch mit den Kolleg:innen voneinander zu profitieren.

VORTRAG: Resilienz

Tausendmal berührt, tausendmal ist nichts passiert...

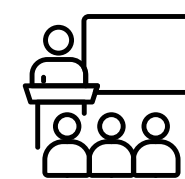
Was ist das eigentlich Resilienz? Geheimnis, Wissenschaft, Mode... – und vor allem, wozu ist sie wirklich nützlich? Die Resilienz ist schon seit einiger Zeit in aller Munde, vieles wissen wir darüber, aber wie bekomme ich das Wissen in die Tat umgesetzt, wie kann ich mich selbst schützen und meine eigene Resilienz stärken? Astrid Lindgren hat uns eines der größten Vorbilder zu diesem Thema geschenkt, Pippi Langstrumpf! Wir wollen gemeinsam von ihr lernen, was es heißt ein resilientes Leben zu führen und wie ich Resilienzförderung ganz praktisch auch in meine Arbeit einbinden kann. Referentin: Tracy Scharwächter, Ergotherapeutin, Tanz- und Bewegungstherapeutin

HAUS DER EVANGELISCHEN GEMEINDE
WILHELM-WESTER-WEG 1 A
52349 DÜREN

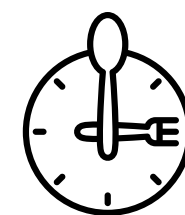
TAGESABLAUF



09:30 – 10:00 Uhr
Ankommen & Steh-Café



10:00 – 11:45 Uhr
Vortrag: Resilienz



11:45 – 12:30 Uhr
Mittagspause mit Imbiss



12:30 – 15:45
Workshops (inkl. Pause)



15:50 – 16:00 Uhr
Ausklang

GEBÜHR



10,00 Euro
Bezahlung bar vor Ort

Anmeldung: Siehe Rückseite

 www.bildung-bewegt-dueren.de

Pädagogischer Fachtag
für Fachkräfte in Kita &
Familienzentrum

ICH KANN DAS!

GELASSEN UND GESTÄRKT IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG

Dienstag, 19.05.2026
09:30 bis 16:00 Uhr



ANMELDUNG BIS 12.05.2026

WORKSHOPS (12:30 – 15:45 UHR)

HAUS DER EVANGELISCHEN GEMEINDE
WILHELM-WESTER-WEG 1 A
52349 DÜREN

WS 1: Vertiefungsworkshop Resilienz

In diesem Workshop wird es um individuelle Impulse zu den sieben Säulen der Resilienz gehen. Die Teilnehmer:innen können praktische Situationen und Problemstellungen einbringen, zu welchen ich je nach Fall, körper- und kreativtherapeutische Selbsterfahrung anbieten. Die Gruppe kann so auch miteinander und voneinander profitieren.

Leitung: Tracy Scharwächter, Ergotherapeutin, Tanz- und Bewegungstherapeutin



WS 2: Cool bleiben in hitzigen Situationen – Wege aus der Wut

Der Workshop basiert auf dem Vortrag „Wege aus der Wut“, den wir ursprünglich für Eltern von Kindern im Vorschulalter entwickelt haben, um gelassener im alltäglichen Umgang mit Kindern zu werden.

Aber nicht nur Eltern, sondern auch Fachkräfte im pädagogischen Alltag kennen das Gefühl: Die Kinder sind laut und wild, Spielsituationen drohen zu eskalieren – und wenn man versucht zu intervenieren, hat man das Gefühl, man könnte eigentlich auch mit der Wand reden.

Die Folgen: Eigene Emotionen kochen hoch, man fühlt sich unwirksam und gestresst, und manchmal (und natürlich nur ganz heimlich) findet man die Kinder einfach nur noch total nervig und doof.

Der Workshop gibt Anregungen, wie es durch Perspektivwechsel gelingen kann, eine wertschätzende und zugewandte Haltung zu den Kindern zu behalten und wie aus „gegen die Wand reden“ wieder wirksame pädagogische Interventionen werden können.

Impulse und Fragen aus der Praxis sind herzlich willkommen.
Leitung: Dennis Niermann, Diplom- Sozialpädagoge, Syst. Familientherapeut, Kinderschutzfachkraft



WS 3: Akzeptanz- und Commitment-Therapie

Strategien der Akzeptanz- und Commitment-Therapie in der Kita – die eigene Resilienz stärken und Ressourcen im Umgang mit Kindern entdecken.

Im Workshop lernen Teilnehmer:innen, wie sie die Prinzipien der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) im Kita-Alltag anwenden können. Wir zeigen auf, wie Achtsamkeit, Akzeptanz von schwierigen Gefühlen und die Fokussierung auf persönliche Werte dabei helfen können, das eigene Verhalten und das von Kindern besser zu verstehen und gezielt zu fördern.

Die Kinder können mit dem Konzept in ihrer emotionalen und sozialen Entwicklung unterstützt und zu mehr Selbstakzeptanz und Handlungsfähigkeit befähigt werden.

Der Workshop bietet konkrete Methoden und Tools, die sofort im Kita-Alltag umsetzbar sind, und ermöglicht den Austausch von Erfahrungen und Ideen.

Leitung: Andrea Birmanns, B.A. Soziale Arbeit



WS 4: Bewusster Umgang mit der eigenen Stimme

Eine tragfähige Stimme ist in vielen Berufen wichtig – im Unterricht, in der Kita, in Meetings, auf der Bühne oder beim Singen im Chor. Aber auch im Privaten spielt eine klangvolle und gesunde Stimme eine wichtige Rolle in der Kommunikation. Wie lässt sich die eigene Stimme bewusst einsetzen, weiterentwickeln und langfristig erhalten?

Im Workshop lernen Sie grundlegende Zusammenhänge der Stimmfunktion kennen und entdecken Ihre Stimme in vielfältigen praktischen Übungen. Elemente aus Stimmtherapie und Gesangspädagogik verbinden sich mit Einzel- und Gruppenarbeit, gemeinsamem Einsingen, dem Erarbeiten eines Liedes sowie dessen stimmlicher und musikalischer Gestaltung. Dabei gibt es Raum für individuelle Fragen, persönliche Rückmeldungen und konkrete Anregungen für den eigenen Stimmalltag.

Leitung: Eva Bauchmüller, Sopranistin und Gesangspädagogin



WS 5: Yoga, Atmung, Meditation

Entspannung finden, auch wenn die Bedingungen herausfordernd sind.

Der Workshop vermittelt praktische und theoretische Kenntnisse über einfache und wirkungsvolle Methoden, die zu Entspannung führen und das Wohlbefinden positiv beeinflussen.

Da wir auf dem Boden „arbeiten“, bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Leitung: Petra Müller, Dipl. Sozialpädagogin, systemische Beraterin, Yogalehrerin



Wichtige Informationen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich ausschließlich online für den Fachtag an, indem Sie einen der verfügbaren Workshops buchen. Diese Anmeldung gilt für den gesamten Fachtag (inkl. Vortrag am Vormittag). Ihre Online-Anmeldung ist verbindlich, Sie erhalten eine Anmeldebestätigung per Mail.

Gebühr & Bezahlung:

Die Gebühr in Höhe von 10,00 Euro ist bar vor Ort zu entrichten.

Veranstalter:

Evangelische Gemeinde zu Düren:
Familienbildung, Psychologisches Beratungszentrum
Kreis Düren: Kommunales Integrationszentrum
Familienzentrum: Düren-Mitte I



Kommunales
Integrationszentrum
Kreis Düren

