

## Abschalten: Digitale Selbstfürsorge für Erziehende

### Medienkindheit – Zertifikatskurs Medienpädagogik

Immer mehr Menschen sehnen sich nach einer Auszeit vom Digitalen. Vor allem das Smartphone bietet uns sagenhafte Möglichkeiten zur Information, Kommunikation und Unterhaltung – zugleich scheint der konstante Aufmerksamkeitsanspruch viele zu belasten. Ein sogenanntes digital detox mag da naheliegen, ist aber keine nachhaltige Lösung. Es folgt selbst der digitalen Logik: 1 und 0, an und aus, Datensog und Handyverbot.

Die Fortbildung bietet den Teilnehmenden Zeit und Raum, um einen medienkompetenten und selbstreflektierten Umgang mit dem Digitalen einzuüben. Wir setzen uns dafür mit der eigenen Medienbiografie und -nutzung auseinander: Was suchen und finden wir online? Und was nicht? Welche Bedürfnisse geraten dabei aus dem Blick? Wie prägt mein Medienverhalten meine pädagogische Haltung?

Gemeinsam entwickeln wir Strategien für einen bewussten Umgang mit den eigenen Sinnen, für eine aktive und selbstgesteuerte Mediennutzung und ein Wahrnehmen des individuellen Ruhebedürfnisses. Die Fortbildung bietet zudem praktische Übungen und theoretisches Wissen, um digitale Selbstsorge besser in den Alltag zu integrieren.

#### Ihr Weg zur Zertifizierung als Medienpädagogin

Sie können aus einem Portfolio von insgesamt neun Fortbildungen (Seminar-Nummer: 24725-152, -153, -154, -155, -156, -157, -158, -161 und 162) frei wählen und sich so ganz individuell qualifizieren. Die einzelnen Fortbildungen der Reihe decken aktuelle Felder der medienpädagogischen Arbeit mit Kindern ab.

Wenn Sie Fortbildungen im Umfang von insgesamt zwölf Kurstagen besucht haben, erhalten Sie das Zertifikat „Medienpädagog\_in für den Elementar- und OGS-Bereich“. Die Veranstaltungstage aus der Vorgängerreihe „Digitale Chancen“ werden für das Zertifikat weiterhin voll angerechnet.

#### Hinweise zur Anmeldung

Das Seminar führen wir in Kooperation mit dem Medienkompetenzzentrum des Erzbistums Köln im Katholisch-Sozialen Institut durch. Eine Anmeldung ist direkt über das KSI möglich.

Anmeldung und inhaltliche Fragen: Nicole Hußmann, Tel.: 02241 2517-409, E-Mail: [hussmann@ksi.de](mailto:hussmann@ksi.de)

Bitte geben Sie bei Anfragen/Anmeldungen die Kursnummer 26737 an.

#### Bildungsurlaub

Für die Veranstaltungen der Reihe kann unter [bestimmten Bedingungen](#) Bildungsurlaub beantragt werden.

#### IndividualCampus

Für die Themen der Reihe und andere medienpädagogische Felder in

#### Nummer

24725-158

#### Datum

15.12.2025

16.12.2025

17.12.2025

#### Zeit

09:00 - 17:00 Uhr

#### Ort

Katholisch-Soziales Institut

Bergstraße 26

53721 Siegburg

#### Zielgruppen

Mitarbeitende der ambulanten und stationären Kinder-, Jugend- und Familienhilfe Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

#### Referent/in

**Susanne Heincke**

Medienpädagogin

**Andreas Menne**

Medienpädagoge

Theologe

#### Teilnehmende (max.)

15

#### Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

399.00 €

#### Normaler Preis für Externe

399.00 €

#### Bildungspunkte (ECTS)

1.10

#### Hinweis

Senden Sie bitte Ihre Anmeldung samt Adresse (Ihrer Einrichtung) direkt an das KSI: [info@ksi.de](mailto:info@ksi.de). Es gelten die AGB des KSI.

#### Ansprechpartner/in

Nicole Hußmann

#### Verpflegung

Übernachtung und Vollverpflegung

#### Unterrichtsstunden

16

# caritascampus

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter [www.caritascampus.de](http://www.caritascampus.de)

---

Kita und OGS können auch Teamschulungen und Inhouse-Seminare gebucht werden. Ansprechpartner ist Andreas Menne, Tel.: 02241 2517-415, [menne@ksi.de](mailto:menne@ksi.de).



Diözesan-  
Caritasverband für das  
Erzbistum Köln e. V.