

# schwyzer elternbildungstag 2018



## organisation



Jahre Schwyzer Elternbildungstag

### schwyzer elternbildungstag 2018 wird organisiert von:

- Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz, Triplus AG
- FFS Erwachsenenbildung Schwyz

### Beteiligte Fachstellen / Organisationen Kanton Schwyz

- Abteilung Schulpsychologie
- Pro Infirmis
- gesundheit schwyz
- Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst
- Kontaktstelle Selbsthilfe
- Mütter- und Väterberatung
- Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz
- Pro Juventute
- Ambulante Psychiatrie und Psychotherapie
- elpos Zentralschweiz
- Spital Lachen

### Herzlichen Dank

Dieser Anlass kann dank der finanziellen Unterstützung durch das Amt für Berufsbildung Kanton Schwyz durchgeführt werden.



Der Anlass findet am 10. November 2018 statt

### Kantonsschule Ausserschwyz KSA

Gwattstrasse 2  
8808 Pfäffikon



## anmeldung

Name _____	Name _____
Vorname _____	Vorname _____
Priorität 1: Workshop Nr. _____	Priorität 1: Workshop Nr. _____
Priorität 2: Workshop Nr. _____	Priorität 2: Workshop Nr. _____
Priorität 3: Workshop Nr. _____	Priorität 3: Workshop Nr. _____
Priorität 4: Workshop Nr. _____	Priorität 4: Workshop Nr. _____
Adresse _____	
E-Mail _____	Tel _____
<b>Mittagsmenü</b> Anzahl Fleisch _____	Anzahl Vegi _____

### Kinderhütedienst (inkl. Verpflegung)

Vorname _____	Alter _____
Vorname _____	Alter _____

### Kopie für Sie (ausfüllen und behalten)

Name _____	Name _____
Vorname _____	Vorname _____
Priorität 1: Workshop Nr. _____	Priorität 1: Workshop Nr. _____
Priorität 2: Workshop Nr. _____	Priorität 2: Workshop Nr. _____
Priorität 3: Workshop Nr. _____	Priorität 3: Workshop Nr. _____
Priorität 4: Workshop Nr. _____	Priorität 4: Workshop Nr. _____
<b>Mittagsmenü</b> Anzahl Fleisch _____	
Anzahl Vegi _____	

### Kinderhütedienst (inkl. Verpflegung)

Vorname _____	Alter _____
Vorname _____	Alter _____

# VORWORT

Liebe Eltern

Kinder sind Forscher und müssen deswegen experimentieren und daraus ihre eigenen Schlüsse ziehen. Die Eltern können die Persönlichkeitsentwicklung ihres Kindes bzw. Jugendlichen fördern, indem sie eine liebevolle Beziehung mit Freiräumen, Ermutigung, Vergnügen, Wertschätzung, Dialog aber auch klaren Grenzen anbieten. Durch Gestalten von gemeinsamen Aktivitäten können Eltern und Kinder neue und positive Erfahrungen erleben und sich anders verstehen. In unserem Programm werden Sie durch neue Anregungen, gemein-

«Du kannst deinen Kindern deine Liebe geben,  
nicht aber deine Gedanken. Sie haben ihre eigenen.»

Khalil Gibran

sames Nachdenken mit anderen Eltern und Austausch die Möglichkeit haben, über neue Wege in der Beziehungsgestaltung zu Ihrem Kind nachzudenken.

Wir wünschen Ihnen einen anregenden und bereichernden Elternbildungstag 2018 und hoffen, dass auch bei Ihnen ein Licht aufgeht!

Ihr Schwyzer Elternbildungstag-Team

## Programm

8.30 Uhr	<b>Willkommenskaffee / Öffnung Kinderhort</b>
9.00 Uhr	<b>Begrüssung</b> durch <b>Karin Schwiter</b> , Alt-Kantonsrätin (SP)
9.15 – 9.45 Uhr	<b>Referat «Führungskräftetraining für Eltern»</b> Matthias Bartscher, Dipl. Pädagoge und systemischer Berater SG
10.00 – 11.30 Uhr	<b>1. Workshop</b> (wie angemeldet)
11.30 – 12.30 Uhr	<b>Mittagspause</b> Mittagessen in der Mensa der KSA Pfäffikon
12.45 – 14.15 Uhr	<b>2. Workshop</b> (wie angemeldet)
14.15 – 15.00 Uhr	<b>Infothek, Austausch</b>
15.00 – 16.00 Uhr	<b>«Der Kleine Prinz 4.0»</b> Ausschnitte aus dem Elternkabarettprogramm Matthias Bartscher, Dipl. Pädagoge und systemischer Berater SG
16.00 Uhr	<b>Verabschiedung</b>

Programmänderungen vorbehalten

# workshops

## Workshop 1: Achte auf die positiven Seiten deines Kindes (alle)

Im Erziehungsalltag sind Eltern immer wieder von Neuem gefordert. In turbulenten Situationen kann es vorkommen, dass der Blick auf das Positive verloren geht. Das kann zu Unzufriedenheit für alle Beteiligten führen. Dieser Workshop ist aus dem Elternkurs Starke Eltern – Starke Kinder®, welcher den Eltern hilft, den Blick aufs Positive zu lenken. Dadurch werden die Kinder gestärkt und ermutigt und die Beziehung zwischen Eltern und Kindern verbessert. Leitung: Patrizia Luger, Zertifizierte Kursleiterin SESK®

## Workshop 2: Mächtige Jugendliche – ohnmächtige Eltern? Wie müssen Eltern sein? (12–17 Jahre)

Die jungen Menschen fordern von uns Eltern Unabhängigkeit und stellen unsere Werte und Ansichten dauernd in Frage. Als Eltern geht es darum, das nötige Mass zwischen Autorität und Toleranz zu finden, zwischen Freiheit und Kontrolle. Was erwarten aber genau die jungen Menschen von uns Eltern in dieser Zeit? Jugendliche sagen uns, wie wir sein sollten ... Leitung: 3–5 Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren (Oberstufe/Berufsschule/Gymnasium)

## Workshop 3: Ernährung am Familientisch – weniger Verbote (alle)

Vom Apfelschnitz bis zur Zuckerschlange. Eine ausgewogene Ernährung im Familienalltag ist herausfordernd. Lernen Sie in diesem Workshop die Grundlagen der Ernährung für Kinder und Jugendliche kennen und wie Sie diese im Alltag ohne Verbote umsetzen können. Leitung: Bruno Schiesser / Christina Rehak, Ernährungsberaterin BSc, Spital Lachen AG

## Workshop 4: Verhaltensauffälligkeiten, ADHS im Familienalltag (alle)

Das Familienleben mit einem verhaltensauffälligen Kind kann ganz schön fordern! Ständig am Schlichten, Trösten, Motivieren, Stress abbauen ... Was könnte uns helfen, mit der Situation besser umzugehen? Lisbeth Furrer, ADHS-Coach icp und eine betroffene Mutter informieren, warum Regeln so wichtig sind und wie diese gelingender umgesetzt werden können. Dabei werden Ihre Fragen und Erfahrungen einen wichtigen Platz haben. Leitung: Lisbeth Furrer-Bircher, Leiterin Fach- und Beratungsstelle elpos Zentralschweiz

## Workshop 5: Grenzen – Freiräume (0–12 Jahre)

Grenzen schaffen Klarheit, geben Sicherheit und ermöglichen Eltern und Kindern Freiräume zur Entfaltung. Sie zu setzen ist manchmal eine Kunst. In diesem Work-

shop erhalten Sie fachliche Inputs und die Gelegenheit, unterschiedliches Erziehungsverhalten zu besprechen. Leitung: Evelyn Lozano, Paar- und Familientherapeutin der Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz, Triaplus AG, Monika Bossert, Erziehungsberaterin, Spitex Höfe

## Workshop 6: Schweigen ist Silber, Reden ist Gold ... (alle)

So wie wir als Paar unterwegs sind, hat einen grossen Einfluss auf unsere Elternschaft. Wesentlicher Faktor dabei ist die Art unserer Kommunikation und Streitkultur. Anhand eines neuen Verständnisses von Konfliktmustern schauen wir an was helfen kann, sich wirklich zu verstehen und warum sich das miteinander Reden ausbezahlt. Leitung: Jann Weibel / Barbara Bot, Paar- und Familientherapeuten der Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz, Triaplus AG

## Workshop 7: Weniger Druck. Mehr Kind (alle)

Wir brauchen unbeschwert spielende Kinder, die mit Freunden rumtoben und dabei völlig die Zeit vergessen. Lassen wir Kinder wieder mehr Kind sein. Bereits Kinder leiden zunehmend unter Stress mit oft gravierenden Auswirkungen auf ihre Gesundheit. Weniger Druck. Mehr Kind. Leitung: Fachperson der Pro Juventute Beratung

## Workshop 8: Wie unterstützen wir unser Kind während der Schulzeit? (6–15 Jahre)

Um die Freude am Lernen zu fördern, sind für das Kind die elterliche Unterstützung und Haltung mindestens so wichtig wie das schulische Umfeld. Je nach Entwicklungsalter des Kindes sind Ermutigung, Förderung der Selbstständigkeit oder auch eine Hilfe bei der realistischen Selbsteinschätzung sinnvoll. Wir diskutieren Möglichkeiten für die verschiedenen Schulstufen (Kindergarten, Primarschule, Sekundarstufe). Leitung: Abteilung Schulpsychologie Schwyz, Renée Bremi

## Workshop 9: Budgetberatung (alle)

Sie erhalten Tipps und Tricks, damit Ihr Familienbudget im Gleichgewicht bleibt und Sie sich am Ende des Geldes nicht fragen müssen, warum noch so viel Monat übrig ist. Weitere Themen zum Diskutieren: Wie teuer sind Kinder jetzt wirklich und sind sie eine Schuldenfalle für ein Paar? Wie sieht es mit dem Taschengeld aus – wie viel muss/soll ich meinem Kind monatlich geben? usw. Leitung: Elisabeth Suter Hartmann, Budgetberaterin

# infos

## Kosten

Fr. 70.– pro Person, inkl. Verpflegung, exkl. Getränke  
Fr. 90.– pro Paar, inkl. Verpflegung, exkl. Getränke

## Kinderbetreuung (3–12 Jahre)

Professionelle Betreuung durch Leiterinnen der Spielgruppe Lachen. Betreuungskosten pro Kind Fr. 10.– inkl. Verpflegung. Die Kinder sind während der Mittagszeit betreut. Anmeldung notwendig.

## Verpflegung

Zwischenverpflegungen inkl. Mittagsmenu sind in den Kosten enthalten. Getränkebezug vor Ort möglich. Zwei Mittagsmenus stehen zur Auswahl (Vegi oder Fleisch).

## Workshops

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Jede Person kann an zwei Workshops teilnehmen. Priorität 3 und 4 gilt als Ersatzwahl, sollte die erste oder zweite Priorität schon ausgebucht sein.

## Anmeldung

Mit beiliegendem Anmeldetalon oder via [www.schwyzer-elternbildungstag.ch](http://www.schwyzer-elternbildungstag.ch), Tel. 041 811 67 81.  
Nach Ablauf des Anmeldeschlusses erhalten Sie eine Kursbestätigung/Rechnung.

## Anmeldeschluss:

**Freitag, 26. Oktober 2018 (danach auf Anfrage)**

FFS Erwachsenenbildung  
Laubstrasse 4  
6430 Schwyz

