

DA GEHT ELTERN EIN LICHT AUF



schwyzer eltern bildungstag 2024

9. November 2024

Berufsbildungszentrum bbzg, Goldau

organisation

schwyzer elternbildungstag 2024 wird organisiert von:
• Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz, Triaplus AG
• FFS Erwachsenenbildung Schwyz

Beteiligte Fachstellen / Organisationen Kanton Schwyz

- Abteilung Schulpsychologie
- Ambulante Psychiatrie und Psychotherapie
- Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung
- Chindernetz Kanton Schwyz
- Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz
- elpos Zentralschweiz
- FTSK Frühberatungs- und Therapiestelle für Kinder
- gesundheit schwyz
- Kinder- und Jugendpsychiatrie Schwyz
- Kontaktstelle Selbsthilfe
- Mütter- und Väterberatung
- Pro Infirmis
- Schulsozialarbeit
- Spital Schwyz

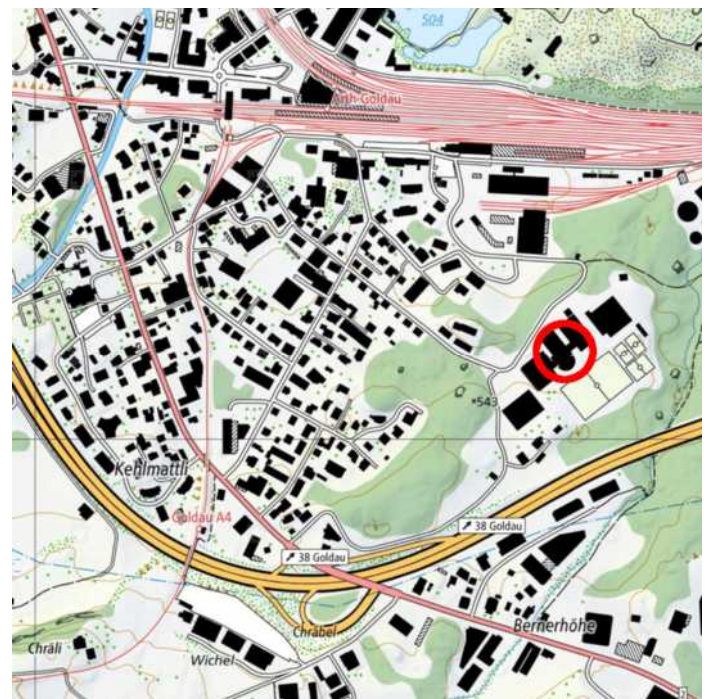
Herzlichen Dank

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

Der Anlass findet am 9. November 2024 statt.

Berufsbildungszentrum bbzg, Goldau

Zaystrasse 44
6410 Goldau



anmeldung

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. _____

Adresse _____

E-Mail _____ Tel _____

Lunch

Anzahl Fleisch _____ Anzahl Vegi _____

Kinderbetreuung (inkl. Verpflegung)

Vorname _____ Alter _____

Vorname _____ Alter _____

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 _____

Lunch

Anzahl Fleisch _____ Anzahl Vegi _____

Kinderbetreuung (inkl. Verpflegung)

Vorname _____ Alter _____

Vorname _____ Alter _____

vorwort

«Kinder denen es gut geht,
haben Eltern, denen es gut geht.»

Nora Imlau

Liebe Mütter und Väter

Als Eltern von heute stehen wir vor einer Vielzahl von Aufgaben: Wir wollen unsere Kinder individuell begleiten und fördern, den richtigen Mix aus Strenge und Lockerheit finden, auf ihre Gesundheit, ihre Interessen, genug Bewegung, auf regulierten Medienkonsum und die schulischen Leistungen achten. Gleichzeitig wollen wir unsere Partnerschaft pflegen, beruflich erfolgreich sein, für die Zukunft vorsorgen, ein gemütliches Zuhause schaffen, Freundschaften pflegen, Hobbys nachgehen, Sport machen und in Form bleiben. Uns sozial zu engagieren, wäre auch gut, die Grosseltern besuchen sowieso, übers

Weltgeschehen sollte man auch informiert sein, weniger am Handy hängen und nachhaltig konsumieren wäre auch sinnvoll. Was fast wie Satire klingt, ist nur ein kleiner Teil dessen, was heutzutage auf den Schultern von Eltern lastet. Der Schwyzer Elternbildungstag möchte Sie darin unterstützen, in diesem Dschungel der Anforderungen einen gangbaren Weg zu finden. Er soll Ihre Zuversicht stärken, damit Sie als Eltern sicher durch den anspruchsvollen Familienalltag navigieren können.

Ihr Schwyzer-Elternbildungsteam

Programm

8.15 Uhr	Willkommenskaffee / Öffnung Kinderhort
8.45 Uhr	Begrüssung durch Jonathan Prelicz, Kantonsrat (SP)
9.00 – 9.30 Uhr	Fachreferat: «Cybergrooming nimmt zu – Eltern schauen weg». Joachim Zahn, M.Sc. Soziale Arbeit, Animator FH, Praxisausbildner, Verein zischtig.ch
9.45 – 11.00 Uhr	1. Workshop (wie angemeldet)
11.00 – 11.30 Uhr	Pause
11.30 – 12.45 Uhr	2. Workshop (wie angemeldet)
12.45 – 14.00 Uhr	Lunch, Infothek, Austausch
14.00 Uhr	Verabschiedung

Programmänderungen vorbehalten

workshops

Workshop 1: Kinder, Jugendliche und Socialmedia (8–16 Jahre) Erfahren Sie, was online abgeht und wo sich die Kinder engagieren, wenn Sie als Eltern TikTok verbieten. Diskutieren Sie, wie elterliche Ermahnungen wirken und welches die Grenzen von Kindersicherungen sind. Was macht die «Übersorgung» durch Handy und Socialmedia aus? Was können wir tun? Leitung: Joachim Zahn, M.Sc. Soziale Arbeit, Animator FH, Praxisausbildner, Verein zischtig.ch

Workshop 2: Wenn Kinder Angst haben ... (3–10 Jahre) Was können Eltern bei ängstlichen Kindern tun? Welche Ängste tauchen entwicklungsbedingt auf und geben keinen Anlass zur Sorge? Ab wann ist eine externe Unterstützung sinnvoll? Sie erhalten konkrete Anregungen, wie in solchen Situationen reagiert werden kann. Dadurch können Sie und Ihre Kinder Ängste gemeinsam besser bewältigen und die Kinder den Alltag mutiger angehen. Leitung: Claudia Furrer, Erziehungs- und Jugendberaterin, Chindernetz Kanton Schwyz

Workshop 3: Die kindlich-sexuelle Entwicklung von kleinen Kindern begleiten (0–6 Jahre) Eltern werden durch Kinder mit sexuell anmutenden Verhaltensweisen und unverfrorenen Fragen nach Zeugung und Schwangerschaft konfrontiert. Im Workshop werden die Erscheinungsweisen der kindlichen Sexualität erläutert und Sie erhalten Anregungen, wie Sie die Entwicklung des Körpergefühls und einer gesunden Emotionalität Ihres Kindes fördern können. Ein zweiter Schwerpunkt liegt auf der Frage, was wir tun können, um Kinder vor Missbrauch zu schützen. Leitung: Roland Demel, Dipl.-Psychologe und Fachmann sexuelle Gesundheit in Bildung und Beratung SGCH, gesundheit schwyz

Workshop 4: Unser Kind wird gemobbt – was können wir tun? (alle) Beleidigungen, Provokationen, Ausgrenzung, Gewalt in physischer oder psychischer Form, persönliche Drohungen auch über soziale Medien... Mobbing stellt betroffene Kinder und Jugendliche vor eine grosse Krise und sie brauchen Hilfe und Unterstützung. Für Eltern ist diese belastende Situation von Ohnmacht, Stress und grosser Sorge um das Wohl des Kindes begleitet. Die Ziele des Workshops sind, aufzuzeigen was Sie als Eltern tun können, wo Sie Hilfe bekommen und wie Sie Ihr Kind durch diese belastende Situation begleiten. Leitung: Stefan Heinzer, Fachstellenleiter Schulsozialarbeit Bezirk Schwyz

Workshop 5: Der weibliche Zyklus: Lass uns darüber reden! (ab 9 Jahre) Wie können Eltern das Thema Menstruation offen mit ihren Kindern anspre-

chen? Diese Frage und einfache Erklärungen und hilfreiche Tipps werden gemeinsam angeschaut. Im offenen und einfühlsamen Austausch lernen, wie Stimmungsschwankungen und Energieveränderungen im Verlauf des Zyklus verstanden werden können und wie man damit umgehen kann. Leitung: Samantha Kaempfer, eidg. aner. Psychotherapeutin FSP

Workshop 6: Den Familienalltag auch mit ADHS gelingend gestalten (alle) Wenn Kinder kaum von den Medien wegzubringen sind, Wutausbrüche, Schuldzuweisungen, Abwertung und Rückzug einen harmonischen Familienalltag massiv stören, dann sind alle sehr gefordert. Was ist ADHS und welche Strategien können im Alltag hilfreich sein? Leitung: Lisbeth Furrer-Bircher, ADHS-Coach / Verhaltenstrainerin icp, Leiterin der Zentralschweizer Fachstelle ADHS-Organisation elpos

Workshop 7: Ist Streiten gut für unsere Beziehung? (nur für Paare) Streit in der Beziehung ist völlig normal. Auch glückliche Paare geraten sich in die Haare, ohne dass deshalb sofort die Beziehung in Frage gestellt wird. Richtiges Streiten kann eine Beziehung sogar massgeblich verbessern. Dennoch scheuen sich viele Menschen davor, sich zu streiten. Nutzen Sie die Gelegenheit, in lockerer Atmosphäre etwas über das richtige Streiten zu lernen. Leitung: Silvana Beeler Gehr, Paartherapeutin, Einzel-, Paar- und Familienberatung Schwyz, Triplus AG

Workshop 8: Berufswahl – ein Familienprojekt (ab 13 Jahre) Wie geht es weiter nach der obligatorischen Schulzeit? Eine Frage, die nicht nur Jugendliche beschäftigt, sondern die ganze Familie. Wie gross sind die Einflüsse der verschiedenen Berufswahl-Partner und wie sieht die Begleitung im Prozess der Lehrstellensuche aus? Im Workshop werden die verschiedenen Möglichkeiten nach der obligatorischen Schule aufgezeigt und die Begleitung von Jugendlichen und Eltern besprochen. Leitung: Emine Ilgaz, Andreas Seewer, Berufs-, Studien- und Laufbahnberatende, Berufsinformationszentrum BIZ

Workshop 9: Gesunde Küche für Gross und Klein (alle) Es ist eine wiederkehrende Herausforderung, im hektischen Alltagsleben alles unter einen Hut zu bringen und zusätzlich möglichst abwechslungsreiche und ausgewogene Mahlzeiten auf den Tisch zu zaubern. Gemeinsam erarbeiten wir Ideen, wie der Familien-Speiseplan gesund gestaltet werden kann. Einfache Rezeptideen für jeden Geschmack (auch wenn's schnell gehen muss) sowie die Integration von Gemüse und der Umgang mit Süssigkeiten spielen eine zentrale Rolle in diesem Workshop. Leitung: Yaira Annen, BSc Ernährungsberaterin SVDE, Spital Schwyz

infos

Kosten

Fr. 50.– pro Person, inkl. Verpflegung, exkl. Getränke

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

Kinderbetreuung (3–12 Jahre)

Professionelle Betreuung durch Fachpersonen der Kinderkrippe Bärenland GmbH, Goldau. Betreuungskosten pro Kind Fr. 10.–, inkl. Verpflegung. Den Kindern Finken mitgeben und bequeme Kleider anziehen.

Verpflegung

Zwischenverpflegung und Lunch sind in den Kosten enthalten.

Getränkebezug vor Ort möglich.

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.schwyz-elternbildungstag.ch, Tel. 041 811 67 81.

Nach Ablauf des Anmeldeschlusses erhalten Sie eine Kursbestätigung / Rechnung.

Anmeldeschluss:

24. Oktober 2024 (danach auf Anfrage)

FFS Erwachsenenbildung
Laubstrasse 4
6430 Schwyz