

Sexualität – die Sache mit der Sache Vortrag mit Diskussion für Eltern von 8-12jährigen Kindern

Sexualität ist eine Lebenswirklichkeit - auch eine des Kindes im Mittelstufenalter. Sexualerziehung gehört folglich auch zu den Aufgaben der Eltern und Erzieher/innen.

Sexualität ist in der heutigen medienüberfluteten Welt allgegenwärtig. Mit Kindern über Sexualität zu reden, ist durch diese ständige Präsenz nicht einfacher geworden. Dabei begleiten uns viele Fragen:

- Ist mein Kind genügend aufgeklärt?
- Wie spreche ich über Verhütung?
- Kann es wohl im richtigen Augenblick "nein" sagen?
- Wie reagiere ich, wenn es Wörter braucht, die mich stören?
- Gibt es eine "richtige" Sexualerziehung?
- Was tun, wenn ein Kind "darüber" nicht reden will?
Wie verhelfen wir dem Kind zu einem natürlichen Selbstverständnis im Umgang mit der eigenen Sexualität?
- Und falls wir Fehler machen?
- Wie reagieren wir in heiklen Situationen?
- Was dürfen Kinder wissen - und was nicht?

Zum Beispiel diesen und vor allem den Fragen der Teilnehmenden wird gemeinsam nachgegangen; es werden Antworten darauf gesucht und formuliert.

Leitung: Dorothea Meili-Lehner, Lehrerin und
Erwachsenenbildnerin
Datum: Mittwoch, 26. Mai 2010, 19.00-21.00 Uhr
Ort: Pavillon Watt, Lindenstrasse 2, 8307 Effretikon
Kosten: Fr. 15.- pro Person, Fr. 20.- für Paare
Anmeldung: bis 21. Mai 2010 an Nadia Onorato, Chaltenriet 2,
8310 Grafstal, Tel. 052 345 18 14,
nadia.onorato@swissonline.ch

Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen Referat für Eltern von Betroffenen

Viele Kinder und Jugendliche leiden unter wiederkehrenden Kopfschmerzen. Dies verunsichert die Eltern häufig: Einerseits haben sie Angst vor einer „gefährlichen“ zugrunde liegenden Erkrankung wie einem Hirntumor, was jedoch relativ selten vorliegt. Andererseits werden die Kopfschmerzen aber oft auch zu wenig ernst genommen und dadurch ungenügend behandelt.

Im Vortrag des Kinderneurologen Dr. Tobias Iff werden die verschiedenen Arten von Kopfschmerz – vor allem Migräne und Spannungskopfschmerzen – unter denen Kinder und Jugendliche leiden können, erklärt und den „gefährlichen“ Kopfschmerzen gegenübergestellt.

Basierend auf diesen medizinischen Grundlagen erfahren Eltern und weitere Interessierte, wie sie mit den Kopfschmerzen ihres Kindes umgehen können und was bei der Behandlung beachtet werden sollte.

Leitung: Dr.med. Tobias Iff, Facharzt Kinderneurologie
Datum: Mittwoch, 9. Juni 2010, 19.30-21.15 Uhr
Ort: Katholisches Pfarreizentrum St. Martin, Birch-
strasse 20, 8307 Effretikon
Kosten: Fr. 15.- pro Person, Fr. 20.- für Paare
Anmeldung: bis 1. Juni 2010 an Ursi Tresch-Wintsch,
Im Zwei 1, 8307 Bisikon,
Tel. 052 343 21 94, ursi-tresch@bluewin.ch

elternforum

Illnau-Effretikon und Lindau



Programm Frühling 2010 März bis Juli

Triple P – Positive Parenting Program®
Kurs mit Käthi Rüegg-Tobler

Verwöhnte Kinder! Verwöhnen versus Liebe schenken
Vortrag und Diskussion mit Urs Abt

Die Schule als Fitnesscenter – und die Eltern?
Vortrag von Jürg Jegge

Wünsche und Hoffnungen von Jugendlichen
Vortrag und Gesprächsrunde mit Martin Hartmann

Leben mit Kleinkindern
Kurs-Zyklus in Modulen mit Barbara Bühler

Ruhepunkte – ins Gleichgewicht kommen
Mit Ina Kunz – ein Geschenk zum Muttertag

Sexualität – die Sache mit der Sache
Vortrag und Diskussion mit Dorothea Meili-Lehner

Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen
Referat von Tobias Iff

Triple P – Positive Parenting Program® Für Mütter und Väter von Kindern im Alter von 2-12 Jahren

Elternsein ist eine schöne, aber anspruchsvolle Aufgabe. Wie können wir Kinder zu selbstbewussten, verantwortungsvollen Menschen erziehen? Sind unsere Erwartungen altersgerecht? Wie durchbrechen wir negative Verhaltensmuster? Wie bringen wir verschiedene Bedürfnisse unter einen Hut?

Solche und ähnliche Fragen werden in diesem Kurs diskutiert. Die Teilnehmenden lernen Erziehungshilfen kennen und probieren sie zwischen den Kurseinheiten zu Hause aus.

Das Erziehungsprogramm gibt Eltern Anregungen, wie sie die kindliche Entwicklung fördern und eine vertrauensvolle Eltern-Kind-Beziehung aufbauen können. Anhand von konkreten Beispielen aus dem Alltag werden Lösungen für verfahrenere Situationen gesucht und neues Verhalten wird eingeübt.

Leitung: Käthi Rüegg-Tobler
Primarlehrerin, lizenzierte Triple P-Trainerin

Datum: Montags, 1., 8., 15. und 22. März 2010,
jeweils 19.30-21.30 Uhr

Ort: Katholisches Pfarreizentrum St. Martin, Birch-
strasse 20, 8307 Effretikon

Kosten: Fr. 220.- pro Person, Fr. 330.- für Paare, zuzüglich
Fr. 40.- für Arbeitsbuch

Anmeldung: bis 15. Februar 2010 an Samuel Wuest,
Dorfstrasse 14, 8307 Effretikon,
Tel. 052 343 72 78, s.wuest@schweiz.org

Verwöhnte Kinder! Verwöhnen versus Liebe schenken Für Eltern von Schulkindern und Jugendlichen

Eltern sind gefordert, ihren Kindern und Jugendlichen das zu geben, was sie zu einer gesunden und glücklichen Entwicklung brauchen. Doch wo liegen die Grenzen resp. Unterschiede zwischen Förderung und Überbetreuung, zwischen Liebe und Verwöhnung?

Was geschieht, wenn Eltern plötzlich entdecken, dass ihre Kinder und Jugendlichen unselbständig werden, immer mehr fordern und davon ausgehen, dass die Eltern ihnen alle Steine aus dem Weg räumen müssen?

Kinder und Jugendliche brauchen Anleitung und Begleitung, aber auch Freiraum, um zu lernen, selbständige Entscheidungen zu treffen, Schwerpunkte zu setzen, ihre Zeit einzuteilen und damit Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Die elterliche Liebe soll Rückhalt geben, nicht aber Probleme und Schwierigkeiten aus dem Weg räumen.

Im Gespräch mit den Teilnehmenden werden Präventions- und Ausstiegsmöglichkeiten diskutiert und Wege aus der Verwöhnung hin zur Förderung der Kinder aufgezeigt.

Leitung: Urs Abt
dipl. Psychologe, Familientherapeut

Datum: Donnerstag, 11. März 2010, 19.30-21.30 Uhr

Ort: Rebbuckzentrum, Reformierte Kirche, Rebbuck-
strasse 1, 8307 Effretikon

Kosten: Fr. 15.- pro Person, Fr. 20.- für Paare

Anmeldung: bis 4. März 2010 an Erika Elsener,
Hagenacherstrasse 21, 8307 Effretikon,
Tel. 052 347 02 60, erika.elsener@zh.ref.ch

Die Schule als Fitnesscenter – und die Eltern? Für Eltern, Unterrichtende und alle anderen Erziehenden

Jürg Jegge war ursprünglich Lehrer und wurde durch seinen 1976 erschienenen Bestseller „Dummheit ist lernbar“ bekannt.

In seinem Vortrag zeigt er auf, was das „neoliberale“ Denken und seine Umsetzung für Veränderungen in der Arbeitswelt bewirkt haben. Die Ansprüche an die Arbeitenden werden immer höher und immer weniger Menschen sind diesen steigenden Anforderungen gewachsen.

Wie reagiert die Schule auf diese Veränderung? Sie wird umgebaut zum Fitnesszentrum für die Arbeitenden dieser Arbeitswelt – das „neoliberale“ Denken wird schon dort erlebt und eingeübt. Was hat das für Auswirkungen auf die LehrerInnen und vor allem die SchülerInnen?

Der Druck auf alle Beteiligten hat zugenommen, ebenso die Anzahl derer, die Schwierigkeiten mit diesem „Programm“ haben. Entsprechend viele Therapeuten versuchen dann, an allen Enden nachzuhelfen.

Was können Eltern in dieser Situation unternehmen? Für ihre Kinder und deren Recht auf eine offene Zukunft? Es gibt Alternativen zu einem rein ökonomischen Denken.

Leitung: Jürg Jegge
Leiter der Eingliederungsstätte Märtplatz,
Buchautor ("Dummheit ist lernbar", "Fit und Fertigkeit")

Datum: Dienstag, 16. März 2010, 20.00-22.00 Uhr

Ort: Katholisches Pfarreizentrum St. Martin, Birch-
strasse 20, 8307 Effretikon

Kosten: Fr. 15.- pro Person, Fr. 25.- für Paare

Anmeldung: bis 2. März 2010 an Eva Denzler Beckmann,
Alpenblick 12, 8307 Ottikon, Tel. 052 346 20 04,
eva.denzler@bluewin.ch

Kontaktadresse: Elternforum, Postfach 356, 8307 Effretikon, Samuel Wuest, Tel. 052 343 72 78 oder www.elternforum.ch.

Die Veranstaltungen werden nur dann im "regio.ch" ausgeschrieben, wenn sie noch nicht ausgebucht sind. Bei grosser Nachfrage ist die Reihenfolge der Anmeldungen massgebend.

Das Kursgeld wird entweder am ersten Kursabend oder per Einzahlungsschein eingekassiert. Es wird auch dann fällig, wenn der Kurs nicht besucht wird und vorher keine Abmeldung erfolgt ist.

Babysitterlisten können bezogen werden bei der Jugend- und Familienberatung Effretikon, Märtplatz 15, 8307 Effretikon, 052 355 37 37.

Bildungsgutscheine für Elternbildungsveranstaltungen können Personen mit einem steuerbaren Einkommen unter 50'000 Franken bei der Geschäftsstelle Elternbildung Region Ost in Wetzikon beziehen.

Folgende Institutionen und Vereine unterstützen das Elternforum Illnau-Effretikon und Lindau:

- Stadt Illnau-Effretikon
- Schulpflege Illnau-Effretikon
- Schulpflege Lindau
- Elternbildung Kanton Zürich Region Ost
- Reformierte Kirchgemeinde Illnau-Effretikon
- Katholische Kirchgemeinde Illnau-Effretikon, Lindau und Brütten
- Hauswirtschaftliche Fortbildungsschule Illnau-Effretikon und Lindau
- Elternverein Illnau
- Familienverein Effretikon

Gestaltet wurde dieses Programm von Josef Bernadic, Barbara Braun-Jacob, Eva Denzler, Erika Elsener, Claudia Kofel, Nadia Onorato, Ursi Tresch-Wintsch, Samuel Wuest.

Ruhepunkte – ins Gleichgewicht kommen
Ein Geschenk zum Muttertag

Schleppen Sie sich energielos durch den Alltag? Wo stossen Sie an Ihre Grenzen? Wie stark sind Ihre emotionalen Belastungen? Ist der Arbeits- und Zeitdruck gestiegen?

Die täglichen Aufgaben machen keinen Spass mehr, alles wächst einem über den Kopf und die Nerven liegen blank. All dies können Anzeichen für das sogenannte Burnout-Syndrom sein.

Wir machen uns auf den Weg und blicken zurück, wie der bisherige Lebensplan gestaltet wurde: wir suchen nach Quellen und Wegen, um neue Energien zu gewinnen. Die Wahrnehmung eigener Bedürfnisse und ein effizientes Entspannungstraining sind erste Schritte dazu.

- Wie ausgewogen lebe ich die Bereiche Arbeit, Familie und Freizeit?
- Auf welchem Weg befinde ich mich und wohin soll er führen?
- Wie erkenne ich rechtzeitig Überforderung?
- Was tun, wenn der Energiemangel spürbar wird?

Im Gespräch soll der Blick auf die Zukunft frei gemacht werden, ohne dabei die Vergangenheit ausser acht zu lassen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Bodenmatte mit.

Leitung: Ina Kunz
Erwachsenenbildnerin, Kunst- und Gestalttherapeutin FA

Datum: Samstag, 8. Mai 2010, 09.00-12.00 Uhr

Ort: Pavillon Watt, Lindenstrasse 2, 8307 Effretikon

Kosten: Fr. 20.- pro Person, Fr. 25.- für Paare

Anmeldung: bis 30. April 2010 an Claudia Kofel,
Schmiedgasse 8, 8307 Ottikon,
Tel. 052 345 19 14, cmkofel@tele2.ch

Wünsche und Hoffnungen von Jugendlichen Vortrag und Diskussion für Eltern von Jugendlichen

Jugendliche an der Schwelle zwischen Schulzeit und Erwerbsleben blicken verunsichert in die Zukunft. Berufliche und private Fragen brennen: Finde ich eine Lehrstelle? Ist es die, die ich mir gewünscht habe? Wie verändert sich mein Leben?

Ihr soziales Umfeld verändert sich: An die Stelle des Elternhauses treten Freundschaften und Lebensbeziehungen. Der Drang nach Selbständigkeit wird stärker und stösst im familiären Umfeld auf Unverständnis oder Akzeptanz.

Diese Unsicherheit führt viele Jugendliche dazu, möglichst lange „im Jetzt“ zu verweilen und den Druck von Entscheidungen aufzuschieben. Sie halten sich so die eigene Zukunft möglichst offen. Was hilft? Finden sie im Rückzug in eine (Party-) Rausch-Gesellschaft oder in der Fixierung auf die von Medien geprägten Welt Antworten auf ihre Fragen?

Die starke Gegenwartsorientierung erfordert eine regelmässige Standortbestimmung. Moderne Kommunikationsmittel können bei der Durchführung helfen. Zum Beispiel, indem man sich mit einer eigenen Homepage oder einem youtube-Video präsentiert, um so einschätzen zu können, wo man selber steht und was man vielleicht verändern muss. „Broadcast yourself“, wie es bei youtube heisst, die Präsentation nach Aussen, ist von grosser Wichtigkeit geworden.

In der Gesprächsrunde zeigt Martin Hartmann den Teilnehmenden Förderungsmöglichkeiten für ihre Jugendlichen auf.

Leitung: Martin Hartmann
Jugendarbeiter und Sozialpädagoge
Datum: Dienstag, 13. April 2010, 19.30-20.45 Uhr
Ort: Katholisches Pfarreizentrum St. Martin, Birchstrasse 20, 8307 Effretikon
Kosten: Fr. 15.- pro Person, Fr. 20.- für Paare
Anmeldung: bis 5. April 2010 an Josef Bernadic,
Quellenstrasse 6, 8307 Effretikon,
Tel.052 355 11 17, j.bernic@pfarrei-effretikon.ch

Leben mit Kleinkindern Kurs-Zyklus für Mütter von Kleinkindern

In der Kleinkindphase sind Esskultur, Schlafen, Trotzen und Emotionen wie Wut und Trauer immer wiederkehrende Themen. Viele junge Mütter fühlen sich verunsichert. Wo braucht das Kind Freiräume und wo Grenzen, um sich zu entwickeln?

Der umfassende Kurs ist in 2 Module unterteilt, welche auch je einzeln gebucht werden können. Mit verschiedenen Methoden, darunter vielen praktischen Übungen, werden individuelle Lösungsansätze erarbeitet.

Modul 1: Wüten, trotzen, traurig sein / 2 Abende

Kinder zeigen der Umwelt ihre Gefühle direkt und ungefiltert. Die Mütter werden sich bewusst, dass diese wichtig für die Entwicklung des Kindes sind. Sie erweitern ihre Fähigkeit, eigene Handlungen zu reflektieren und lernen verschiedene Möglichkeiten kennen, Grenzen zu setzen.

Modul 2: Mit Kleinkindern am Tisch / 1 Abend

Kinder essen mit allen Sinnen, nur so können sie ein gutes Verhältnis zum Essen entwickeln. Doch - welche Tischsitten entsprechen welchem Alter? Basierend auf der Ernährungstheorie wird aufgezeigt, dass Kinder essen, was ihr Körper braucht, wenn es ihnen angeboten wird. Die Mütter stärken ihr Selbstvertrauen; sie bestimmen, was auf den Tisch kommt.

Wie bringe ich alles unter 1 Hut? / 1 Abend

Das Zusammenleben mit Kleinkindern ist oft anstrengend und frustrierend. Die Mütter setzen sich mit den Ursachen ihrer Frustrationen auseinander und suchen für sich persönlich nach Lösungen.

Leitung: Barbara Bühler
Eltern- und Erwachsenenbildnerin FA, Elterncoach
Datum: Dienstags, 4. und 11. Mai (Modul 1) sowie
1. und 8. Juni (Modul 2), jeweils 19.30-22.00 Uhr
Ort: Familientreff Kipferhaus, Wangenerstrasse 9,
8307 Effretikon
Kosten: Fr. 30.- pro Person, Fr. 45.- für Paare (pro Modul)
Anmeldung: bis 16. April 2010 an Barbara Braun-Jacob,
Steinacherstrasse 15, 8308 Illnau,
Tel. 052 346 00 39, barbara.braun@bluewin.ch

Anmeldung Ich melde mich/ wir melden uns für folgende Veranstaltung/en an:

- Triple P – Positive Parenting Program®
- Verwöhnte Kinder! Verwöhnen versus Liebe schenken
- Die Schule als Fitnesscenter – und die Eltern?
- Wünsche und Hoffnungen von Jugendlichen
- Leben mit Kleinkindern:
 - Modul 1: Wüten, trotzen, traurig sein
 - Modul 2: Am Tisch/ Alles unter 1 Hut
- Ruhepunkte – ins Gleichgewicht kommen!
- Sexualität – die Sache mit der Sache
- Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen

1. Person Name

Vorname _____

Adresse _____

Telefon _____

Email _____

2. Person Name

Vorname _____

Adresse _____

Telefon _____

Email _____

Talon abtrennen und senden an den/die
Kursverantwortliche/n oder an: Elternforum, Postfach
356, 8307 Effretikon