

## Elternbildungskurse für alle ...

September bis Dezember 2017

**fokus** jugendlich

## Wenn Mädchen Frauen werden – Die Zyklus-Show

**Das MFM-Projekt® – die Zyklus Show – ist ein sexualpädagogisches Projekt mit einem Workshop für 10 – 12jährige Mädchen und einem Vortrag für die Eltern.**

### Inhalt des Mädchenprojekts

**Elternvortrag «Wenn Mädchen Frauen werden»:** Nebst Informationen zum MFM-Projekt® erwartet Sie ein neuartiger Blick auf den weiblichen Zyklus sowie Tipps und Erfahrungen zum Thema der [ersten] Menstruation und der Pubertät.

### Mädchenworkshop «Die Zyklus-Show»

In einer spannenden Show mit viel Musik und Material erfährst du, was in deinem Körper passiert, wenn du eine Frau wirst und warum Frauen einen Zyklus und die Menstruation haben. Gemeinsam machen wir uns auf die Reise und du erlebst, wie sich die Östrogen-Freundinnen in deinem Körper für dein Wohl einsetzen, wie die Eizelle jeden Monat ihren Sprung ins grosse Abenteuer wagt und was das Progesteron-Team in deinem Körper immer wieder neu vorbereitet. Lass dich überraschen!

### Zielgruppe:

Mädchen im Alter von 10 – 12 Jahren, ihre Mütter und Väter, Grosseltern und interessierte Erwachsene.

- Leitung:** Daisy Eisenhut Hochstrasser  
Psychologin, Kursleiterin MFM-Projekt
- Datum:** Freitag, 22. September 2017 von 19.30 – 21.15 Uhr, Elternvortrag  
Samstag, 23. September 2017 von 9.30 – 17.00 Uhr, Mädchenworkshop «Die Zyklusshow»
- In der letzten Stunde des Workshops sind um 16.00 Uhr alle Frauen der Familie (Mutter, Grosi, Gotti, Schwester) herzlich zu einem gemeinsamen Abschluss eingeladen.
- Ort:** Purzelhuus, Hörnlistrasse 3, 8308 Illnau
- Kosten:** Elternvortrag: Fr. 25.– pro Person, Fr. 30.– für Paare  
Mädchenworkshop: Fr. 75.– pro Mädchen  
Teilnehmerinnen max. 16 Mädchen
- Anmeldung:** bis 14. September 2017 an:  
Claudia Germann-Buffoni, Steinacherstrasse 22, 8308 Illnau  
Telefon 052 347 28 82, claudia.germann@elternforum.ch

## fokusfamilie

## Mobbing unter Kindern – ein Dauerthema

Mobbing in der Schule ist ein Dauerthema. Vom Kindergarten bis in die Oberstufe werden Kinder und Jugendliche immer wieder schikaniert, angegriffen, ausgegrenzt und gezielt seelisch verletzt. Weil Mobbing für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen schwere Folgen haben kann, ist es wichtig, Mobbing früh zu erkennen und zu verhindern. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie man unterscheiden kann, ob es sich um Mobbing oder einen Konflikt handelt, welche Erscheinungsformen von Mobbing im Schulalltag am häufigsten vorkommen,

welche Faktoren Mobbing begünstigen und warum Kinder und Jugendliche zum Opfer, Mobber oder Mitläufer werden. Anhand von zahlreichen Alltagsbeispielen und Filmsequenzen wird aufgezeigt, was für eine Dynamik hinter Mobbing steckt. Als Eltern erfahren Sie, was in einem konkreten Mobbingfall zu unternehmen ist.

<b>Leitung:</b>	Martha Furger, lic. Phil. Pädagogische Psychologie, Elterncoach
<b>Datum:</b>	Donnerstag, 5. Oktober 2017
<b>Dauer:</b>	19.00 – 21.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Musikschule Alato, Untergeschoss Alterszentrum Bruggwiesen Tagelswangerstrasse 8, 8307 Effretikon
<b>Kosten:</b>	Fr. 15.– pro Person, Fr. 20.– für Paare
<b>Anmeldung:</b>	bis 27. September 2017 an: Nadia Onorato, Chaltenriet 2, 8310 Grafstal Telefon 052 345 18 14, <a href="mailto:nadia.onorato@elternforum.ch">nadia.onorato@elternforum.ch</a>

## fokusschulkind

## Brainfood – pffiffige und fitte (Schul-) Kinder

Ich kann mein Kind mit den richtigen Lebensmitteln unterstützen.

**Produktive Schulstunden – effektives Lernen – aktive Freizeit – erholsamer Schlaf**

Die Ernährung hat einen wichtigen Einfluss auf das Wohlbefinden, die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit unserer Kinder.

- Welche Nahrungsmittel braucht der Körper – und wozu?
- Welche Lebensmittel unterstützen die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit?

- Mit welchen Nahrungsmitteln starten Kinder munter in den Tag und bleiben konzentriert, ohne dass der Genuss zu kurz kommt?

Vortrag mit vielen nützlichen Tipps und Tricks.

<b>Leitung:</b>	Denise Kaufmann, Dipl. Ernährungsberaterin SHS
<b>Datum:</b>	Dienstag, 24. Oktober 2017
<b>Dauer:</b>	19.30 – 21.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Hotzehuus, Usterstrasse 2, 8308 Illnau
<b>Kosten:</b>	Fr. 15.– pro Person, Fr. 20.– für Paare
<b>Anmeldung:</b>	bis 17. Oktober 2017 an: Danielle Vogel, Birchstrasse 12, 8307 Effretikon Telefon 079 208 51 76, <a href="mailto:danielle.vogel@elternforum.ch">danielle.vogel@elternforum.ch</a>

## fokuskleinkind

# Märchen im Familienalltag

### «Es war einmal...»: zu grausam?

Eltern kennen zwiespältige Gefühle Märchen gegenüber. Gleichzeitig nehmen sie wahr, welche Faszination Märchen auf Kinder ausüben. Wie nehmen aber die Kinder diese wahr? Sind Märchen zu grausam? Welche Bedeutung haben sie für die kindliche Entwicklung? Welche Märchen passen zu welchem Alter?

Antworten auf diese Fragen kennt Claudia Glenk, ihres Zeichens Kleinkindererzieherin, Sozialpädagogin, Figurenspieltherapeutin und Märchenerzählerin. Der Abend zielt darauf, anhand von Beispielen, gestalterischen Elementen und praktischen Tipps das Vertrauen der Eltern im Umgang mit Märchen zu stärken.

<b>Leitung:</b>	Claudia Glenk, Sozialpädagogin, Märchenerzählerin
<b>Datum:</b>	Montag, 6. November 2017
<b>Dauer:</b>	19.00 – 21.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Pavillon Watt, Lindenstrasse 2, 8307 Effretikon
<b>Kosten:</b>	Fr. 15.– pro Person, Fr. 20.– für Paare
<b>Anmeldung:</b>	bis 30. Oktober 2017 an: Roberto Venere, Bungertenstrasse 8, 8307 Effretikon Telefon 078 791 25 91, roberto.venere@elternforum.ch

## fokusbaby-kleinkind

# Zwergensprache – zweiseitige Kommunikation von Anfang an

Als frischgebackene Eltern steht man vor so manchem Rätsel: Was versucht mein Baby mir nur zu sagen? Warum weint es schon wieder?

Was heisst «dada» diesmal? Kinder verstehen erstaunlich viel von ihrer Umwelt und davon, was die Eltern sagen. Doch die Kommunikation ist zu Beginn oft einseitig, denn dem Baby fehlt die Möglichkeit, sich durch Sprache auszudrücken - es ist schnell frustriert, genauso wie die Eltern, die gerne verstehen würden, was ihr Kind beschäftigt.

Mittels einfacher Handzeichen sind Babys schon etwa mit 6 – 9 Monaten in der Lage, ihre Bedürfnisse, Gefühle und Gedanken zum Ausdruck zu bringen. Das Wort (zum Beispiel ein Gegenstand, eine Tätigkeit) wird zeitgleich gebärdet und

gesprochen. So ist es für das Kind einfacher, eine Verknüpfung herzustellen.

Ein interaktiver Vortrag für Bezugspersonen/Eltern von Kindern zwischen 0 und ca. 24 Monaten: Nach diesem Abend werden Sie alles wissen, um sofort loszulegen und erhalten ein Fenster in die Gedankenwelt Ihres Kindes...

<b>Leitung:</b>	Désirée Yardong, Sozialpädagogin HF, Kursleiterin Zwergensprache
<b>Datum:</b>	Dienstag, 7. November 2017
<b>Dauer:</b>	19.30 – 21.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Singsaal Schulhaus Schlimperg Schlimpergstrasse 18, 8307 Effretikon
<b>Kosten:</b>	Fr. 15.– pro Person, Fr. 20.– für Paare
<b>Anmeldung:</b>	bis 27. Oktober 2017 an: Claudia Kofel, Schmiedgasse 8, 8307 Ottikon Telefon: 052 345 19 14, claudia.kofel@elternforum.ch

## fokuskleinkind

## E-Books und Apps im Kinderzimmer

Nicht nur in der Schule sind sie präsent, auch vor den Zimmertüren unserer Kindern machen sie nicht mehr Halt: die neuen Medien. E-Books und Kinderbuch-Apps erobern den Markt in grossen Schritten. Mit der rasanten Entwicklung dieses boomenden Zweigs Schritt zu halten und den Überblick nicht zu verlieren, ist nicht ganz einfach. Wie sollen Eltern entscheiden, welche Apps sinnvoll und ansprechend sind?

Marion Arnold, Buchhändlerin- und Literaturpädagogin, gibt Inputs, wie Eltern gezielt passende Apps für ihre Kinder auswählen können. Sie gibt einen Überblick über den aktuellen Entwicklungsstand im App-Markt und bietet die Möglichkeit, verschiedene Apps kennenzulernen und auszuprobieren. Gemeinsam werden Kriterien zur Bewertung von Kinder-Apps entwickelt.

<b>Leitung:</b>	Marion Arnold, Buchhändlerin, Literaturpädagogin
<b>Datum:</b>	Mittwoch, 22. November 2017
<b>Dauer:</b>	19.00 – 21.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Katholische Kirche St. Martin, Birchstrasse 20, 8307 Effretikon
<b>Kosten:</b>	Fr. 15.- pro Person, Fr. 20.- für Paare
<b>Anmeldung:</b>	bis 15. November 2017 an: Olivia Schwarz, Lindenstrasse 34, 8307 Effretikon Telefon 079 607 01 29, olivia.schwarz@sunrise.ch

Das Kursgeld wird am ersten Kursabend bar einkassiert. Es wird auch dann fällig, wenn der Kurs nicht besucht wird und vorher keine Abmeldung erfolgt ist.

Babysitterlisten können bezogen werden beim Kinder- und Jugendhilfzentrum, kjz Effretikon, Märtplatz 15, 8307 Effretikon, Telefon 052 355 37 37



## Neue MitarbeiterInnen gesucht!

- Hast du Lust, in der Elternbildung in Illnau-Effretikon und Lindau etwas zu bewegen?
- Suchst du eine Möglichkeit, dich in der Gemeinde zu engagieren?
- Dann solltest du eine Mitarbeit im Elternforum erwägen!

Wende dich an unsere Kontaktperson  
Danielle Vogel, Tel. 079 208 51 76 oder [danielle.vogel@elternforum.ch](mailto:danielle.vogel@elternforum.ch)

Weitere Informationen über unsere Arbeit findest du auch unter: [www.elternforum.ch](http://www.elternforum.ch)

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

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