


KURSPROGRAMM STADT UND REGION BERN

APRIL – DEZEMBER 2011

- elpos Bern
- Elternklub Schliern
- Familientreff Uettligen
- Leolea Lebensorte und Lebensart für Kinder
- MüZe Muri-Gümligen
- Verein Elternbildung Kanton Bern
- Familientreff Bern

Koordinator:



Elternbildung ist das gemeinsame Thema dieser Institutionen. Ein koordiniertes Kursprogramm der Stadt und Region Bern hilft mit, Erziehungskurse publikumsnah zu präsentieren.

ACHTSAMKEIT & ELTERNCHAFT - WIE SOLL DAS GEHEN?

Eltern sein - das reinste Abenteuer!!!...und dann ist gerade nicht der wirklich passende Reiseführer zur Hand!
Wer kennt das nicht? So wunderbar es ist, Kinder ins Leben begleiten zu dürfen - ab und zu fordern sie uns heraus! Sie bringen all unsere Seiten ans Tageslicht - auch solche, von denen wir gar nicht wussten, dass wir sie haben. Im Seminar geht es um die Schulung der eigenen Wahrnehmung, die Entwicklung der eigenen Intuition und das Verständnis von Entwicklungsprozessen, um im Kontakt mit den Kindern selbst innerlich zu wachsen.



Daten: Fr, 1. Apr. 2011, 18 - 20 Uhr / Sa, 2. Apr. 2011, 10 - 18 Uhr / So, 3. Apr. 2011, 10 - 12.30 Uhr
Ort: Familientreff-Uetligen, Ortschaftswabenstrasse 5, 3043 Uetligen
Kosten: Einzelpersonen Fr. 220.-, Paare Fr. 380.-, Kursrabatt 10% für Mitglieder
Übernachtungsmöglichkeiten und Kinderbetreuung vor Ort (auf Anmeldung)
Auskunft: Viola Wyss, Tel. 079 430 21 90
Leitung: Sabine Heggemann, www.achtsamkeit-lueneburg.de
Institution: Familientreff-Uetligen, Ortschaftswabenstrasse 5, 3043 Uetligen, www.familientreffpunkt.ch

UMGANGSFORMEN / KINDER KNIGGE 2.-9. KLASSE

Wichtige Umgangsformen für den Alltag. Themen: Grüßen, meine innere und äussere Haltung, Telefonieren, Respekt und Höflichkeit. Die Kinder werden altersgerecht und durch eine erfahrene, ausgewiesene Referentin angeleitet. Es wird gemalt, geschrieben, mit vielen praktischen Fallbeispielen und im Workshop gearbeitet. Kindgerechte Handouts.



Familien- & Weiterbildungszentrum

Daten: Mittwoch, 27. April 2011, 13.30 - 15 Uhr
Ort: MüZe Muri-Gümligen
Kosten: Fr. 55.- / 65.- inkl. Handout, Orangenjus
Auskunft: Susanne Grindat
Leitung: Top-Manieren GmbH, Bettina U. Roth-Amstutz
Institution: MüZe Familien- & Weiterbildungszentrum, www.mueze-muri-guemligen.ch

ANMELDEKARTEN

Anmeldung direkt bei der betreffenden Organisation.

Kurstitel	
Startdatum Kurs	
Teilnehmer/in 1	
Teilnehmer/in 2	
Straße/Haus-Nr.	
PLZ/Ort	
E-Mail	Tel.
Kinderhütendienst	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Name/Alter	
Ort/Datum	Unterschrift

WEGE AUS DER BRÜLLFALLE – MUSS ICH IMMER ERST LAUT WERDEN? EIN FILM VON WILFRIED BRÜNIG

Zimmer aufräumen, Hausaufgaben anfangen, nicht zu lange am Computer spielen... Was sollen Eltern tun, wenn Kinder nach fünfmaligem Bitten immer noch nicht reagieren?

Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ handelt vom ganz normalen Erziehungsalltag, in dem Eltern immer wieder die Geduld verlieren und dann doch losbrüllen, obwohl sie sich eigentlich vorgenommen hatten, ruhig zu bleiben. Das Ergebnis solcher Eskalationen sind weinende oder trotzig Kinder und hilflose, frustrierte Eltern. Genau an diesem Punkt setzt der Film an. Er vermittelt in einfachen, nachvollziehbaren Schritten ein Konzept, mit dessen Hilfe Eltern sich ohne Brüllerei und Androhung von Gewalt durchsetzen, und ihre Kinder respektvoll behandeln können.

Der Film ist für Eltern gemacht, wird von Eltern gespielt, macht Mut und zeigt mit Humor neue Wege für typische Alltagssituationen auf. Zwischen den Filmsequenzen erhalten die Eltern die Möglichkeit, zum Austausch und zur Diskussion.



Daten: Mittwoch, 2. November 2011, 19.30 – ca. 22 Uhr
 Ort: Aula der Primarschule Blindenmoos in Schliern (5 Min. zu Fuss von Endstation Buslinie 10)
 Kosten: kostenloser Vortrag. Kaffee und Kuchen gegen kleinen Unkostenbeitrag.
 Auskunft: Thomas Pfiffner, Tel. 079 579 92 30
 Leitung: Marlies Bieri, Uettligen, Eidg. Dipl. Erwachsenenbilderin, Leiterin ElternLehre
 Institution: Elternklub Schliern, www.ekschliern.ch

„REZEPTE“ FÜR DEN FAMILIENTISCH

Gemeinsames Essen ist Nahrungsaufnahme, Lust und soziales Erlebnis, aber ebenso auch Ort unterschiedlicher Bedürfnisse. Manchmal ist der Esstisch das Zentrum erzieherischer Bemühungen, Schauplatz familiärer Konflikte, Tischregeln und Gespräche. Der Kurs vermittelt Impulse und regt an, den Familientisch (wieder) zu einem genusslichen Erlebnis zu machen.



Daten: Mittwoch, 9. November 2011, 14 – 17 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: Fr. 40.- inkl. Kinderhütendienst
 Auskunft: Dörthe Dupin, Tel. 031 534 42 86
 Leitung: Marlies von Arx, Eltern- und Erwachsenenbildnerin VEB, Ausbilderin FA, Kindergärtnerin
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch

3

ELTERNLEHRE® - MEHR WISSEN – SICHERER ERZIEHEN

Die ElternLehre® will Sie als Mutter und Vater während der ersten zwei Lebensjahre Ihres Kindes begleiten, beraten und stärken. Mit konkreten Informationen über Entwicklungsabläufe und Erziehungsverhalten gewinnen Sie mehr Sicherheit und Freude im Familienalltag. Austausch und Diskussion ermöglichen Ihnen eine aktive Auseinandersetzung mit Ihrer neuen Aufgabe als Eltern. Kinder sollen fit für das Leben, die Spielgruppe und den Kindergarten werden.



Modul 1: Beziehung leben; Erziehung beleuchten; Grundbedürfnisse befriedigen
 14. Apr. 2011 / 5. Mai 2011 / 9. Juni 2011 / 7. Juli 2011 / 18. Aug. 2011 / 15. Sept. 2011
 Modul 2: Entwicklung fördern; Spiel wertschätzen; Lernen unterstützen
 20. Okt. 2011 / 17. Nov. 2011 / 15. Dez. 2011 / 12. Jan. 2012 / 10. Feb. 2012 / 15. Mär 2012
 Modul 3: Grenzen setzen; Freiraum geben; Rituale pflegen
 12. Apr. 2012 / 10. Mai 2012 / 14. Juni 2012 / 12. Juli 2012 / 16. Aug. 2012 / 13. Sept. 2012

Zeit: 19.15 – 21.45 Uhr
 Ort: Wankdorfcenter, Schulungsraum Coop, Papiermühlestrasse 70, 3014 Bern
 Kosten pro Modul: Fr. 210.- für Einzelpersonen, Fr. 300.- für Paare, Fr. 24.- für Kursunterlagen und Material
 Auskunft: Verein Elternbildung Kanton Bern VEB, Tel. 031 633 76 42
 Leitung: Marlies Bieri, eidg. dipl. Erwachsenenbildnerin, systemisch/lösungsorientierte Beraterin
 MAS/FH, Präventionsfachfrau und Sexualpädagogin
 Institution: Verein Elternbildung Kanton Bern VEB, Fax 031 633 76 18, Tel. 031 633 76 42

Es besteht auch die Möglichkeit einzelne Module von laufenden ElternLehren® zu besuchen (freie Plätze vorausgesetzt). Informieren Sie sich über neue Angebote z. B. ElternLehre® „Schulstart“ unter www.elternlehre.ch.

TISCHMANIEREN / KINDER KNIGGE 4. – 9. KLASSE

Einführung in gepflegte Tischmanieren. Themen: Tisch decken, Essensrituale, Haltung und Anleitung für schönes Essen. Workshop. Die Kinder werden altersgerecht angeleitet. Es wird mit vielen Fallbeispielen und im Workshop gearbeitet. Daneben wird gemalt, es wird ein Quizblatt ausgefüllt, und eine Kurzgeschichte rundet das Programm ab.



Familien- & Weiterbildungszentrum

Daten: Mittwoch, 27. April 2011, 15.05 – 16.30 Uhr
 Ort: MüZe Muri-Gümligen
 Kosten: Fr. 55.- / 65.- inkl. Handout, Orangenjus
 Auskunft: Susanne Grindat, Tel. 031 951 07 69 (Anmeldung bis 1.4.2011)
 Leitung: Top-Manieren GmbH, Bettina U. Roth-Amstutz
 Institution: MüZe Familien- & Weiterbildungszentrum

VOM ÜBERFLUSS ZU EINEM BEWUSSTEN UMGANG MIT KONSUM

Durch Kurzinputs und Austausch in Gruppen werden Denkanstösse zu folgenden Themen und Fragen vermittelt:

- Konsum zwischen Genuss und Sucht
- Wie spricht die Konsumgesellschaft unsere Kinder an?
- Was führt unsere Kinder zum Konsumieren?
- Wie können wir Eltern unsere Kinder unterstützen, mit dem (Konsum-) Druck besser umzugehen?

Die Veranstaltung hat zum Ziel, anhand konkreter Beispiele Eltern aufzuzeigen, wie Kinder bewusster und gezielter konsumieren lernen.



Daten: Montag, 2.+9. Mai 2011, 14-17 Uhr oder Montag, 5.+12. September 2011, 19-22 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: im Mai Fr. 50.- (Mitglieder Fr. 45.-) / im September Fr. 45.- (Mitglieder Fr. 41.-)
 Auskunft: Sonja Münger, 031 351 12 22
 Leitung: Benno Huber, Präventionsfachmann, Supervisor und Organisationsentwickler IEF, Sozialarbeiter lic. phil.
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch

JETZT LÄNGTS – GRENZEN, REGELN UND ABMACHUNGEN...

Im Zusammenleben in einer Familie braucht es Regeln, Abmachungen und Grenzen. Diese richtig und konsequent, aber nicht stur einzusetzen, ist eine echte Herausforderung. Konsequent sein vermitteln dem Kind: Ich schätze und liebe dich, darum gebe ich dir Orientierung und Halt. Wollen Sie klarer und bewusster Grenzen setzen und so mehr Zeit für die Beziehung zu Ihrem Kind gewinnen?



Daten: Dienstag, 25. Oktober 2011, 19 – 22 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: Fr. 35.- (Mitglieder Fr. 31.-)
 Auskunft: Dörthe Dupin, Tel. 031 534 42 86
 Leitung: Susann Matter, Erwachsenenbildnerin FA, Spielgruppenleiterin, Mutter
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch

WOZU IST DER BAUCHNABEL DA? SEXUALERZIEHUNG

Sexualerziehung ist eine wichtige, aber auch anspruchsvolle Aufgabe. Trotz aller gewonnener Offenheit im Umgang mit Sexualität besteht oft eine gewisse Scheu, sich als Eltern darüber zu verständigen. Durch Information und Diskussion gewinnen Sie mehr Sicherheit, um Ihre Kinder in der sexuellen Entwicklung kompetent zu begleiten, ein wichtiger Baustein für eine spätere Partnerschaft.



Daten: Donnerstag, 12. Mai 2011, 14 – 17 Uhr oder Dienstag, 1. November 2011, 19 – 22 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: im Mai Fr. 40.- (Mitglieder Fr. 36.-) / im November Fr. 35.- (Mitglieder Fr. 32.-)
 Auskunft: Dörthe Dupin, Tel. 031 534 42 86
 Leitung: Marlies Bieri, eidg. dipl. Erwachsenenbildnerin, systemisch/lösungsorientierte Beraterin MAS/FH, Präventionsfachfrau und Sexualpädagogin
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch

KINDERÄNGSTE

Ängste sind starke Gefühle, die kindliches Verhalten oft beeinflussen. Welche Ängste sind entwicklungsbedingt und welche schwierigen Situationen belasten Kinder besonders?

Im Kurs erfahren Eltern, wie sie ihren Kindern mit Verständnis und Begleitung Halt und Unterstützung geben, damit sie mit der Angst wachsen und selbstsicherer damit umgehen können.

An den zwei Nachmittagen werden typische Angst-Situationen geschildert, Hinweise, Hilfestellungen, Geschichten, Lieder und Spiele vermittelt, die zu einem guten Umgang mit der Angst verhelfen sowie eigene Erfahrungen ausgetauscht.



Daten: Dienstag, 13. + 20. September 2011, 14 – 17 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: Fr. 80.- (Mitglieder Fr. 72.-)
 Auskunft: Dörthe Dupin, Tel. 031 534 42 86
 Leitung: Marlies von Arx, Eltern- und Erwachsenenbildnerin VEB, Ausbilderin FA, Kindergärtnerin
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch

ALLTAGSKONFLIKTE MIT KINDERN KONSTRUKTIV LÖSEN

Schlafenszeiten, Esssituationen, Ordnung, Hausaufgaben etc. sind häufig Bereiche, bei denen Kinder und Eltern unterschiedliche Ansichten haben. Konflikte gehören zum Familienalltag - sie auszuhalten und gute Lösungen zu finden, stärken die Kinder in ihrer gesunden Entwicklung.

Durch Kurzinputs und Austausch in Gruppen werden Denkanstösse zu folgenden Themen und Fragen vermittelt:

- Wie können Eltern hilfreich reagieren und mit ihren Kindern gemeinsame Lösungen finden?
- Wie können Eltern mit ihren Kindern fair streiten?



Daten: Donnerstag, 12. Mai 2011, 14 – 17 Uhr oder Dienstag, 1. November 2011, 19 – 22 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: im Mai Fr. 40.- (Mitglieder Fr. 36.-) / im November Fr. 35.- (Mitglieder Fr. 32.-)
 Auskunft: Dörthe Dupin, Tel. 031 534 42 86
 Leitung: Marlies Bieri, eidg. dipl. Erwachsenenbildnerin, systemisch/lösungsorientierte Beraterin MAS/FH, Präventionsfachfrau und Sexualpädagogin
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch

SPIELRAUM - ENTWICKLUNGSBEGLEITUNG FÜR KINDER ZWISCHEN 6 MONATEN UND 3 JAHREN NACH DEM KONZEPT VON EMMI PIKLER

Kinderzeit

Schenken Sie sich und Ihrem Kind Zeit; wir geben Ihnen Raum: Einmal pro Woche beobachten Sie 90 Minuten lang, wie Ihr Kind spielt, wie es seine Fähigkeiten erprobt, wie es mit andern Kindern Kontakt aufnimmt. Eine leolea-Fachbetreuerin begleitet die Kinder.

Elternzeit

14-täglich treffen Sie sich mit der Fachbetreuerin und sprechen über Ihre Beobachtungen und Erfahrungen in der Kinderzeit. So lernen Sie Ihr Kind (noch) besser kennen und stärken Ihre Erziehungskompetenz.



Daten: Ab 3. Mai 2011: Kinderzeit jeweils dienstags von 9.30 – 11 Uhr
 Elternzeit alle 2 Wochen dienstags von 19.30 – 21 Uhr. Einstieg jederzeit möglich.
 Ort: Kita Bachmätteli, Bernstrasse 101, 3018 Bern-Bümpliz
 Kosten: Fr. 270.- für 6 Mal Kinderzeit und 3 Mal Elternzeit
 Auskunft: Carmen Furrer, Tel. 031 310 47 00
 Leitung: Carmen Furrer, Msc in Erziehungswissenschaften, Pikler Pädagogin i. A.
 Institution: leolea Lebensorte und Lebensart für Kinder, www.leolea.ch

ALLEINERZIEHEND – UND DER WEG ZUR PATCHWORKFAMILIE, HERAUSFORDERUNG ALS CHANCE

Nach einer Trennung der Eltern wird vieles anders. Sowohl Mütter als auch Väter gehen neue Beziehungen ein. Was bedeutet das für die Kinder? Welchen Schwierigkeiten begegnen wir auf dem Weg zur Patchworkfamilie. Alte Wunden müssen heilen und neues Vertrauen entstehen. All das braucht Zeit. Und es lohnt sich! Eltern brauchen frischen Mut, einiges Wissen und vor allem die Bereitschaft sich wirklich einzulassen. Der Referent ist Vater einer siebenköpfigen Patchworkfamilie und gibt Tipps aus eigener Erfahrung.



Daten: Mittwoch, 4. Mai 2011, 20 – 21.30 Uhr
 Ort: Aula der Primarschule Blindenmoos in Schliern (5 Min. zu Fuss von Endstation Buslinie 10)
 Kosten: kostenloser Vortrag. Kaffee und Kuchen gegen kleinen Unkostenbeitrag
 Auskunft: Thomas Pfiffner, Tel. 079 579 92 30
 Leitung: Christian Aegerter, Eltern- & Erwachsenenbildner, Heilpraktiker & Homöopath, Ausbilder FA
 Institution: Elternklub Schliern, www.ekschliern.ch

MIT KINDERN WACHSEN - ENTDECKUNGSRAUM

Nun gibt es ja bereits die Pikler SpielRaum-Gruppen, RIE Gruppen (nach Magda Gerber) und diverse andere SpielRäume, die sich an Emmi Pikler und/oder Magda Gerber orientieren oder von ihnen inspiriert sind.

Was unterscheidet nun den "Mit Kinder wachsen EntdeckungsRaum" von anderen SpielRäumen?



Daten: Freitag, 6. Mai 2011, 20 - 21 Uhr
 Ort: Familientreff-Uettligen
 Kosten: gratis
 Auskunft: Jacqueline Künti, Tel. 076 336 15 18
 Leitung: Jacqueline Künti und Erika Leuenberger
 Institution: Familientreff-Uettligen, Ortschaftswabenstrasse 5, 3043 Uettligen, www.familientreffpunkt.ch

ADS OHNE HYPERAKTIVITÄT

Referat mit anschließender Diskussion zum Thema ADS ohne Hyperaktivität - seine Besonderheiten in Diagnostik und Therapie bei Kindern und Jugendlichen.



Daten: Freitag, 20. Mai 2011, 19.30 – 22 Uhr
 Ort: Hotel Kreuz, Zeughausgasse 41, Bern
 Kosten: Aktivmitglieder Fr. 5.- / Studenten Fr. 8.- / Nichtmitglieder Fr. 12.-
 Auskunft: Fachstelle und Beratung, Tel. 031 305 52 55
 Leitung: Frau Dr. Helga Simchen
 Institution: Schweiz. Elternverein für POS/ADHS Betroffene, www.elposbern.ch

SPIELEN UND WERKEN MIT KLEINKINDERN

Die Referentin zeigt exemplarisch verschiedene Möglichkeiten rund um das Thema Spielen und Werken mit Kleinkindern.



Daten: Mittwoch, 17. August 2011, 20 – 21.30 Uhr
 Ort: Aula der Primarschule Blindenmoos in Schliern (5 Min. zu Fuss von Endstation Buslinie 10)
 Kosten: kostenloser Vortrag. Kaffee und Kuchen gegen kleinen Unkostenbeitrag
 Auskunft: Thomas Pfiffner, Tel. 079 579 92 30
 Leitung: Ebba Jörgensen, Eltern- und Erwachsenenbildnerin VEB
 Institution: Elternklub Schliern, www.ekschliern.ch

ACHT SACHEN... DIE BEZIEHUNG STARK MACHEN

Im Leben eines Kindes bildet Beziehung das Fundament seiner Entwicklung. Vom ersten Tag an. Alle Entwicklungsprozesse basieren auf der Beziehung des Kindes zu mindestens einer Bezugsperson. Worauf kommt es bei der Gestaltung dieser Beziehung an?

In einem 4-teiligen Kurs, anhand von 8 Kernpunkten, erfassen Eltern von Kleinkindern, wie sie eine starke, fördernde Beziehung zu ihrem Kind aufbauen, gestalten und pflegen.



Daten: 22. Sept. 2011 / 20. Okt. 2011 / 10. Nov. 2011 / 1. Dez. 2011, 14.30 – 17 Uhr
 Ort: Familientreff Bern
 Kosten: Einzelpersonen Fr. 100.-, Paare Fr. 160.-, inkl. Kinderhütendienst
 Auskunft: Sonja Münger, 031 351 12 22
 Leitung: Barbara Schwarzwald, Kindergärtnerin und Erwachsenenbildnerin
 Institution: Familientreff Bern, Muristrasse 27, 3006 Bern, Tel. 031 351 51 41, www.familientreff.ch