

# 3. Elternbildungstag Langenthal

[www.elternbildungstag-langenthal.ch](http://www.elternbildungstag-langenthal.ch)



Samstag  
2. November 2013  
9.00 - 16 Uhr

Heilpädagogische Schule  
HPS Langenthal  
Schorenstrasse 19

ToKJO



## EINFÜHRUNG

Eigene Kinder zu haben und diese auf dem Weg zu eigenständigen und glücklichen Persönlichkeiten begleiten zu dürfen, ist der Wunsch aller Eltern. Wie schön, wenn der Familienalltag harmonisch verläuft und allen Beteiligten genügend Freiraum lässt. Und doch gibt es in allen Familien Zeiten, in denen der Familienfrieden gestört ist, sei es, weil die Kinder rebellieren und sich nicht an die vereinbarten Regeln halten, oder weil Eltern nicht mehr verstehen, was im Kopf des pubertierenden Nachwuchses vor sich geht. Am 3. Elternbildungstag Langenthal erhalten Eltern und andere Erziehenden Inputs, wie sie Schwierigkeiten im Erziehungsalltag so meistern können, dass es nur Gewinner und Gewinnerinnen gibt.

## PROGRAMM

- 9.00 Uhr Eintreffen, Kaffee und Gipfeli
- 9.30 Uhr Begrüssung und Informationen durch das OK
- 9.35 Uhr Begrüssung durch Gemeinderätin Christine Bobst Langenthal
- 10.15 Uhr Start 1. Workshop
- 12.00 Uhr Stehlunch, Info- und Büchertisch
- 13.15 Uhr Start 2. Workshop
- 15.00 Uhr Pause
- 15.30 Uhr Musikalische Schlussattraktion
- 16.00 Uhr Ende des 3. Elternbildungstages

## WORKSHOP 1

### UNSERE KINDER VOR DER PUBERTÄT

Die Vorpubertät ist die chancenvolle Zeit, in der Eltern mit ihren Kindern noch Themen angehen können, die in der Pubertät oft nicht mehr anzusprechen sind. Kinder machen dann wichtige Schritte zur Gewinnung der persönlichen Freiheiten, was zu Konflikten mit den Eltern führen kann. Im Workshop soll aufgezeigt werden, wie Eltern die Ablösungsschritte ihrer Kinder unterstützen und gleichzeitig das gegenseitige Vertrauen festigen können.

*Leitung: Bernadette Amacker, Erwachsenenbildnerin und Kommunikationstrainerin*  
Für Eltern von Kindern zwischen 8-12 Jahren

## WORKSHOP 2

### GESCHWISTERSTREIT

Streit unter Geschwistern gehört zum Familienalltag. Dies ist für Erziehende nicht immer leicht auszuhalten. Ab wann und wie sollen Eltern eingreifen? Welche Unterstützung brauchen Kinder von den Erwachsenen, um einen konstruktiven Umgang mit Konflikten zu erlernen? Im Workshop erhalten Eltern Anregungen zum Umgang mit streitenden Kindern.

*Leitung: Claudia Berther, liz. Marte Meo Supervisorin, Ausbilderin eidg. FA*  
Für Eltern von Kindern zwischen 4-11 Jahren

## WORKSHOP 3

### MEINE TOCHTER WIRD ZUR FRAU

In der Pubertät verändern Töchter schleichend oder auf einen Schlag ihr Verhalten. Mit einem liebevollen Augenzwinkern wollen die Teilnehmerinnen dieses Workshops herausfinden, was in dieser prägenden Zeit in ihren Töchtern, aber auch in der Mutter selber vorgeht. Und sie lernen die Veränderungen im Körper der pubertierenden Mädchen zu verstehen.

*Leitung: Irene Maurer, Marte Meo Therapeutin, Elterncoach IEF*  
Für Mütter von Töchtern ab 11 Jahren

## WORKSHOP 4

### WENN DER VATER MIT DEM SOHNE ...

WAS VÄTER FÜR UND MIT IHREN SÖHNNEN TUN KÖNNEN Väter haben für ihre Söhne eine spezielle Bedeutung: Sie sind Vorbild, aber auch Reibungsfläche. Der Workshop soll Vätern die Möglichkeit zum Austausch über ihre Vaterrolle bieten und eine Menge Anregungen für die Gestaltung ihrer Beziehung zu den Söhnen bringen.

*Leitung: Lu Decurtins, Sozialpädagogin und Supervisor, Mitbegründer Mannebüro Zürich*  
Für alle Väter

## WORKSHOP 5

### MUSS ICH IMMER LAUT WERDEN?

#### WEGE AUS DER BRÜLLFALLE

Zimmer aufräumen, Hausaufgaben machen, nicht zu lange am Compi spielen - was sollen Eltern tun, wenn Kinder auch nach fünfmaligem Bitten noch nicht reagieren? Mit Hilfe eines Filmes werden Erziehenden Möglichkeiten aufgezeigt, wie sie sich ohne Schreien und Drohen durchsetzen und dabei ihre Kinder respektvoll behandeln können.

*Leitung: Emma Stauffer, Erwachsenenbildnerin VEB und Gewaltpräventionstrainerin*  
Für Eltern von Kindern zwischen 3 - 10 Jahren

## WORKSHOP 6A

### WÄÄH GRUUSIG - STRESS AM FAMILIENTISCH

Welches sind die Möglichkeiten und Grenzen für Eltern, die Ernährung ihrer Kinder positiv zu beeinflussen? In diesem Workshop erfahren Eltern mehr über Sinn-volle Kinderernährung.

Für Eltern von Kindern zwischen 4 - 10 Jahren

## WORKSHOP 6B

### FAST FOOD UND ENERGY DRINKS

Jugendlichen muss das Essen in erster Linie schmecken. Eltern erhalten Anregungen, wie sie ihren Teenagern hilfreiche Leitplanken für eine gesündere Ernährung geben können.

Für Eltern von Kindern ab 11 Jahren

*Leitung: Andrea Ramseier, dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin*

## WORKSHOP 7A

### KINDER STARK MACHEN - STARK DURCH ERZIEHUNG

Wer wünscht sich nicht, Kinder so zu erziehen, dass sie ein hohes Selbstvertrauen entwickeln? In diesem Workshop erhalten Eltern viele Informationen und Praxisbeispiele zur autoritativen Erziehung.

*Leitung: Karin Friedli, Fachmitarbeiterin BeGes*  
Für Eltern von Kindern zwischen 5 - 11 Jahren

## WORKSHOP 7B

### DENN SIE WISSEN NICHT, WAS SIE TUN ...?!

Pubertät ist eine Zeit der Veränderung und Selbstfindung. Wie können Eltern ihre Kids gleichzeitig zu selbstverantwortlichem Handeln veranlassen?

*Leitung: Markus Rinderknecht und Melek Akkaya, JBO Contact Langenthal*  
Für Eltern von Kindern ab 12 Jahren

## WORKSHOP 8

### KINDER BRAUCHEN ERMUTIGUNG - WIE PFLANZEN DAS WASSER

Loben und Ermutigen sind Säulen einer guten und förderlichen Erziehung. Das Kind entwickelt Selbstvertrauen und erlebt sich als erfolgreich. In diesem Workshop wird der Unterschied zwischen loben und ermutigen aufgezeigt und eine unterstützende Kommunikation geübt, damit sich Kinder künftig kooperativer verhalten.

*Leitung: Martina Krieg, Erziehungsberaterin und Bildungswissenschaftlerin*  
Für Eltern von Kindern zwischen 3 - 8 Jahren

ANMELDUNG

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse/Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Mitglied EAG oder Gönnerin TOKUO

BITTE FRANKIEREN

TOKUO

KINDER-UNDJUGENDFACHSTELLE

REGION LANGENTHAL

BARBARA HÖSLI

MÜHLEWEG 21B

4900 LANGENTHAL



## HIER KÖNNEN SIE ZWEI WORKSHOPS AUSWÄHLEN

1. Person/Name: .....

	1. Wahl	Alternative
Workshop 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 6a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 6b	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 7a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 7b	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Einzelperson     Paar

2. Person/Name: .....

	1. Wahl	Alternative
Workshop 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 6a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 6b	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 7a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 7b	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ich/ wir möchte/n unser/e Kind/er hüten lassen

## WICHTIGE INFORMATIONEN

Bezeichnen Sie zwei Workshops, an denen Sie gerne teilnehmen möchten. Geben Sie zusätzlich eine Alternative an.

Teilnahmegebühr inkl. Verpflegung CHF 70.- pro Person, Paare CHF 120.- Mitglieder der EAG und GönnerInnen von ToKJO CHF 60.- pro Person, Paare CHF 100.-

Professionelle Kinderbetreuung für Kinder von 4 - 10 Jahren, CHF 25.- pro Kind

[www.elternbildungstag-langenthal.ch](http://www.elternbildungstag-langenthal.ch)

## ANMELDUNG:

Schicken Sie den Talon an die nebenstehende Adresse oder melden Sie sich via Homepage online an unter [www.elternbildungstag-langenthal.ch](http://www.elternbildungstag-langenthal.ch)

Anmeldeschluss ist der 12. Oktober

Die TeilnehmerInnenzahl ist beschränkt. Die Anmeldung ist verbindlich und wird nach Eingangsdatum berücksichtigt. Sie erhalten bis Mitte Oktober eine Anmeldebestätigung und einen Einzahlungsschein.

Weitere Flyer unter :

[www.elternbildungstag-langenthal.ch](http://www.elternbildungstag-langenthal.ch)

## DIE KAMPAGNE „STARK DURCH BEZIEHUNG“

Eltern von Säuglingen und Kleinkindern erhalten auf dem neusten Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse basierendes Wissen und praktische Anregungen zur Gestaltung einer tragfähigen Beziehung zu ihrem Kind. Sie begleiten ihre Kinder deren Bedürfnissen entsprechend.

Kampagne „Stark durch Beziehung“ - Ein Partnerprojekt der Elternbildung CH mit der Jacobs Foundation



## KONTAKT

ToKJO, Kinder und Jugendfachstelle  
Region Langenthal  
Barbara Hösli  
Mühleweg 21b  
4900 Langenthal  
062 923 43 03  
[barbara.hoesli@tokjo.ch](mailto:barbara.hoesli@tokjo.ch)

[www.tokjo.ch](http://www.tokjo.ch)  
[www.eaglangenthal.ch](http://www.eaglangenthal.ch)  
[www.elternrat-aarwangen.ch](http://www.elternrat-aarwangen.ch)