



# Frühe Förderung der Stadt Zürich

Elternbildungsangebote in  
Kindertagesstätten, Spielgruppen,  
Familien- und Gemeinschaftszentren

2023/24





## Liebe Leserinnen und Leser

**Wie kann ich meinem Kind im Vorschulalter optimale Chancen auf einen erfolgreichen Lebensweg ermöglichen? Welche Unterstützung braucht mein Kind, um sich ganzheitlich zu entwickeln und sozial zu integrieren?**

In der frühen Kindheit wird die Basis für das Leben, die persönliche Entwicklung und den Bildungsweg eines Menschen gelegt. In der Familie, auf dem Spielplatz oder in der Kindertagesstätte entdecken Kinder die Welt, experimentieren mit Sprache und entwickeln motorische, soziale und kognitive Fertigkeiten. Mit der gezielten Frühen Förderung will die Stadt Zürich allen Vorschulkindern während diesen ersten Jahren gute Entwicklungschancen ermöglichen sowie die Eltern in ihrer Erziehungskompetenz stärken und unterstützen.

Weil wir Vätern, Müttern und anderen Bezugspersonen den Zugang zu Frühförderungsangeboten vereinfachen wollen, bieten wir die Kurse dort an, wo die Kinder einen Teil ihres Alltags verbringen: in der Kita, in Spielgruppen oder in Familien- und Gemeinschaftszentren. So können die Eltern in einem bereits vertrauten Umfeld von unseren Angeboten profitieren. Die Kurse zeigen auf, wie in der frühen Entwicklungsphase eines Kindes erzieherische Herausforderungen gemeistert und so die Entwicklungschancen der Kinder begünstigt werden können. Damit wird die gesamte Familie gestärkt.

Haben wir Sie mit unserem Angebot neugierig gemacht? Gerne informieren wir Sie vertieft, wie Vorschulkindern durch aktives und selbstgesteuertes Erfahrungslernen gefördert werden können. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf: Wir stehen gerne für Fragen oder weitere Informationen zur Verfügung. Es würde uns freuen, Sie als Eltern zu begleiten und unterstützen.

Freundliche Grüsse

Filippo Leutenegger, Stadtrat  
Vorsteher Schul- und  
Sportdepartement

Christian Albrecht  
Direktor  
Fachschule Viventa



## Inhaltsverzeichnis

Nuggi, Stofftier, Handybildschirm?	04
Wenn Kinder trotzen – eine Herausforderung	04
Zwei- oder mehrsprachig erziehen	05
Wie sage ich es meinem Kind?	05
Resilienz – Mein Kind schafft das!	06
Eltern und Kinder haben Grenzen	06
Die grosse Bedeutung des Spiels	07
Hauen, beißen, kratzen – Was können Eltern tun?	07
Wie Kinder stark und selbstständig werden	08
Eltern? Perfekt unperfekt!	08
Kleinkinder in ihrer sexuellen Entwicklung begleiten	09
Unruhige Kinder – Wie kommen sie zur Ruhe?	09
Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Eltern	10
Kindervers, Kinderlied und Kinderbuch – Neue Inputs fürs Erzählen	10
Organisatorisches	11
Anmeldung	11
Kontakt und Beratung	11



## Nuggi, Stofftier, Handybildschirm?

Unsere Kinder wachsen in einer Welt voller Bildschirme auf. Handys, Fernseher, Computer und Tablets sind allgegenwärtig und faszinieren schon die ganz Kleinen.

Welchen Einfluss hat es auf Babys, wenn ihre Eltern ständig am Handy sind? Was bedeuten die Bildschirme für die Entwicklung der Kinder? Welche Nutzung ist altersadäquat? Und was können wir Eltern zu einem gesunden Umgang unserer Kinder mit den Medien beitragen?

Sie erfahren, wie Sie Ihr Kind im Umgang mit Bildschirmmedien stärkend begleiten können, gewinnen Ideen, wie Sie mit Ihrem eigenen Verhalten positiv auf die Mediennutzung Ihrer Kinder einwirken und wie digitale Medien sinnvoll und passend genutzt werden können.

---

<b>Kursleitung</b>	Fachperson der Suchtpräventionsstelle
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Termin nach Absprache unter der Woche im laufenden Betrieb, abends oder an einem Samstagmorgen

---

## Wenn Kinder trotzen – eine Herausforderung

Muss Trotz wirklich sein? Was steckt hinter den Trotz- und Wutanfällen? Und wie geht es Ihnen dabei? Fühlen Sie sich manchmal auch hilflos, schuldig oder werden selber wütend? Es gibt viele Gründe, wieso ein Kind trotzt, provoziert oder wütend wird. Mit diesen starken Gefühlen der Kinder umzugehen, ist nicht immer einfach. Nicht selten lassen wir uns in einen Machtkampf verwickeln oder wir fühlen uns genervt und hilflos, wenn das Kind nicht gehorcht.

An dieser Veranstaltung werden Hintergründe und Einflussfaktoren für Wut, Trotz und Ärger vermittelt. Ziel ist es, die Kinder besser zu verstehen und entwicklungsfördernde Handlungsmöglichkeiten für den Erziehungsalltag kennenzulernen.

---

<b>Kursleitung</b>	Gabi Woerlen Eltern- und Erwachsenenbildnerin eidg. FA, Fachperson entwicklungspsychologische Beratung, Kleinkindererzieherin
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber oder an einem Samstagmorgen

---



## Zwei- oder mehrsprachig erziehen

Werden in Ihrer Familie zwei oder mehrere Sprachen gesprochen? Wie wirkt sich das auf die sprachliche Entwicklung Ihres Kindes aus? Wird es überfordert, wenn es mit Mama und Papa nicht dieselbe Sprache spricht? Und was, wenn die Kita noch dazukommt? Welchen Einfluss hat die Kita bei der Sprachentwicklung Ihres Kindes?

Zwei- oder mehrsprachig zu erziehen, kann viele Fragen aufwerfen. An dieser Veranstaltung erfahren Sie Nützliches über die mehrsprachige Erziehung und lernen, wie Sie Ihr Kind mittels klaren Regeln optimal unterstützen können.

---

**Kursleitung**

Markus Busin  
Primarlehrer, Leseanimator SIKJM

---

**Dauer und Termine**

Die Veranstaltung dauert 2 Stunden  
Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber und abends oder an einem Samstagmorgen

---

## Wie sage ich es meinem Kind?

Kennen Sie das? Sie fordern Ihr Kind x-mal auf, etwas zu tun – und nichts geschieht. Oder: Sie warnen Ihr Kind – und schon ist das Missgeschick passiert. Nicht selten fühlen sich Eltern dadurch provoziert oder hilflos.

An diesem Elternbildungsanlass lernen Sie die Wirkung einer bewussten Sprache kennen. Sie erfahren, wie Sie mit dem Kind sprechen können, damit das Kind Ihnen besser zuhört. Dies wirkt sich positiv auf die Familienatmosphäre aus und stärkt gleichzeitig das Selbstvertrauen des Kindes.

---

**Kursleitung**

Barbara Forster-Zanettin  
Primarlehrerin, Familien- und Kommunikationstrainerin

---

**Dauer und Termine**

Die Veranstaltung dauert 2 Stunden  
Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber und abends oder an einem Samstagmorgen

---



## Resilienz – Mein Kind schafft das!

Wir wünschen unseren Kindern Widerstandskraft, wir hoffen sie sind gerüstet für alle herausfordernden Momente und fragen uns was wir dazu beitragen können.

An diesem Abend beschäftigen wir uns mit dem Thema Resilienz. Was heisst Resilienz eigentlich? Was können wir dafür tun, damit unsere Töchter und Söhne stark, zuversichtlich und vertrauensvoll im Leben stehen? Es erwartet Sie ein Abend voller Fragen, Informationen und gemeinsam gefundenen Antworten.

---

<b>Kursleitung</b>	Gabi Woerlen Eltern- und Erwachsenenbildnerin eidg. FA, Fachperson entwicklungspsychologische Beratung, Kleinkindererzieherin
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber oder an einem Samstagmorgen

---

## Eltern und Kinder haben Grenzen

Kleine Kinder brauchen Freiräume. Sie brauchen aber auch Bezugspersonen, die Verantwortung und Führung übernehmen. Aus der Beziehung zwischen uns und den Kindern ergeben sich die Grenzen, die es mitzuteilen gilt. Ein Balanceakt, der alle Beteiligten herausfordert. Wie steht man zu den eigenen Grenzen? Wie erkennt und respektiert man die Grenzen der Kinder? Wie erreicht man, dass Kinder kooperieren und was, wenn sie partout nicht wollen?

Sie lernen einen Umgang mit Grenzen und praktische Hilfestellungen für ein respektvolles und achtsames Zusammenleben mit Kindern kennen. Zudem werden Denk- und Handlungsoptionen aufgezeigt, die Grenzüberschreitungen verringern.

---

<b>Kursleitung</b>	Barbara Brandt Lehrperson für Gestaltungsunterricht BKE Bildungszentrum Kinderbetreuung, zertifizierte Kursleiterin «Starke Eltern – Starke Kinder®» Ausbilderin IG Spielgruppen
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber und abends oder an einem Samstagmorgen

---



## Die grosse Bedeutung des Spiels

Spielen berührt die Kinderseele und bereitet Kindern viel Spass. Dabei werden verschiedene Sinne angeregt und das Kind entwickelt spielend viele wichtige Fertigkeiten. Für die kindliche Entwicklung ist Spielen so wichtig wie Schlafen, Essen und Trinken.

Doch welche Anregungen zum Spielen sind sinnvoll? Welches sind positive Haltungen dem spielenden Kind gegenüber? Wieso spielt das Kind immer wieder das gleiche Spiel? Wie können Spielwelten aussehen? Und wie komme ich zu günstigen oder kostenlosen Spielsachen?

Die Referentin zeigt anhand von kurzen Videosequenzen, wie Kinder spielerisch die Welt entdecken. Mittels konkreter Beispiele aus dem Alltag tauchen wir in die Welt des kindlichen Spiels ein.

---

### Kursleitung

Sandra Lidwina Tuena-Landolt  
Eltern- und Erwachsenenbildnerin FA, Schulische Heilpädagogin, MartheMeo-Therapeutin

---

### Dauer und Termine

Die Veranstaltung dauert 2 Stunden  
Termin nach Absprache unter der Woche im laufenden Betrieb, abends oder an einem Samstagmorgen

---

## Hauen, beißen, kratzen – Was können Eltern tun?

Fragen oder herausfordernde Situationen mit Kleinkindern rund um das Thema «hauen, beißen, kratzen» gibt es für viele Eltern und Bezugspersonen von Kindern. Das verunsichert, kostet viel Energie oder überfordert manchmal auch.

In dieser Veranstaltung geht es darum, warum Kleinkinder «hauen, beißen, kratzen». Zudem erfahren Eltern, was sie präventiv tun können, damit dieses Verhalten weniger oft vorkommt, aber ebenso, was sie tun können, wenn es bereits passiert ist.

---

### Kursleitung

Susanna Fischer  
Sozialpädagogin, Erwachsenenbildnerin mit eidg. FA, Kursleiterin PEKiP / «Starke Eltern – Starke Kinder®»,  
Fachberaterin EEH (Emotionale Erste Hilfe)

---

### Dauer und Termine

Die Veranstaltung dauert 1,5 Stunden  
Termin nach Absprache unter der Woche im laufenden Betrieb, abends oder an einem Samstagmorgen

---



## Wie Kinder stark und selbstständig werden

Kinder sind neugierig, wollen selbstständig die Welt entdecken und selbstwirksam sein. Um als Erwachsene Entscheidungen zu treffen und ihr Leben selbst gestalten zu können, müssen Kinder ihre Eigenständigkeit entwickeln. Doch, wozu ist unser Kind in welchem Alter fähig? Was, wenn es sich nicht selbstständig anzieht, selbst einschläft oder nicht alleine spielen mag? Was, wenn der Nachbarsjunge schon weiter ist als unsere Tochter? Fördern Lob oder Druck die Selbstständigkeit?

Dieser Anlass vermittelt, wie Selbstständigkeit im Familienalltag entwicklungsgerecht und ermutigend begleitet werden kann. Sie erfahren, welche Rolle dabei Beziehung und Vertrauen, Fehler und Umwege, Freiräume und Umwelt spielen.

---

<b>Kursleitung</b>	Barbara Brandt Lehrperson für Gestaltungsunterricht BKE Bildungszentrum Kinderbetreuung, zertifizierte Kursleiterin «Starke Eltern – Starke Kinder®» Ausbilderin IG Spielgruppen
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Durchführungstermin nach Absprache abends oder an einem Samstagmorgen möglich

---

## Eltern? Perfekt unperfekt!

Arbeit und Familie unter einen Hut zu bringen, ist alleine schon herausfordernd. Eine Gratwanderung, wenn alles perfekt sein soll. Erfahren Sie, warum Eltern nicht perfekt sein müssen und ihnen ihre Kinder dafür dankbar sind. Perfektionismus hat seine Sonnen- wie Schattenseiten. Die Balance zu halten, ist eine Kunst. Ein Ungleichgewicht kann die Entwicklung eines Menschen bremsen oder ihn in die Erschöpfung führen.

Dieser Anlass zeigt auf, was uns zur Perfektion antreibt und wie sich das auf unsere Kinder auswirkt. Finden Sie mit Achtsamkeit und einfachen Hilfestellungen zu mehr Entspannung und Freude im Familienalltag.

---

<b>Kursleitung</b>	Barbara Brandt Lehrperson für Gestaltungsunterricht BKE Bildungszentrum Kinderbetreuung, zertifizierte Kursleiterin «Starke Eltern – Starke Kinder®» Ausbilderin IG Spielgruppen
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Termin nach Absprache unter der Woche im laufenden Betrieb, abends oder an einem Samstagmorgen

---



## Kleinkinder in ihrer sexuellen Entwicklung begleiten

Die sexuelle Entwicklung des Kindes beginnt bereits im Mutterleib. Bei «Doktorspielen» schauen und fassen Kinder den Körper anderer an, erforschen die Unterschiede und stellen erste sexualitätsbezogene Fragen. Wie ist das zu verstehen und wie gehen wir damit um?

Die kindliche sexuelle Entwicklung hat viele Facetten wie Geschlechtsidentität, experimentieren mit Beziehungen und geschlechtsbezogenes Rollenverhalten. Hierzu gehört auch die Entdeckung des eigenen Körpers im Zusammenhang mit Lust.

Als Eltern reflektieren wir gemeinsam unsere Werte, Normen und Haltungen gegenüber Sexualität, setzen uns mit psychosexueller Entwicklung auseinander, thematisieren sexuelle Vielfalt und fragen uns, wie wir Kleinkinder begleiten und auch präventiv tätig sein können.

---

<b>Kursleitung</b>	Roberto Giacomini-Rutishauser Sexualpädagoge MAS, Supervisor bso
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 2 Stunden Durchführungstermin nach Absprache abends oder an einem Samstagmorgen möglich

---

## Unruhige Kinder – Wie kommen sie zur Ruhe?

Babys und Kleinkinder haben einen grossen Bewegungsdrang, ein grosses inneres, natürliches Bedürfnis nach Bewegung. Das ist gut so. Was ihnen jedoch oft fehlt, ist der Ausgleich, die Ruhe. Kleine Kinder machen nur selten von sich aus eine Pause. Ihr steter Bewegungsdrang löst eine immense Unruhe und Stress für die Umgebung aus. Viele Babys und Kleinkinder können noch nicht von selbst die Ruhe finden und sind darum auf unsere Unterstützung angewiesen.

An dieser Veranstaltung erfahren die Eltern:

1. Warum gewisse Babys und Kleinkinder stark unruhig sind.
2. Was sie präventiv tun können, sodass ihr Kind immer öfter und immer länger zur Ruhe kommen kann.
3. Wie sie im Moment der grossen Unruhe, Ihr Kind schnell in die Ruhe führen können.

---

<b>Kursleitung</b>	Susanna Fischer Sozialpädagogin, Erwachsenenbildnerin mit eidg. FA, Kursleiterin PEKiP / «Starke Eltern – Starke Kinder®», Fachberaterin EEH (Emotionale Erste Hilfe)
<b>Dauer und Termine</b>	Die Veranstaltung dauert 1.5 Stunden Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber oder an einem Samstagmorgen

---



## Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Eltern

Fühlen Sie sich im Zusammenleben mit Ihren Kleinkindern und Ihrer Aufgabe als Eltern gestresst, ausgeliefert und erschöpft? Geraten Sie manchmal richtiggehend ausser sich und werden danach von Scham- und Schuldgefühlen geplagt wegen Ihrer Gefühle oder Ihres Handelns gegenüber Ihrem Kind? Wir erforschen miteinander in verschiedenen kurzen Übungen, ergänzt durch neurobiologische Hintergründe, Wege wie wir gut für uns selbst sorgen können. Freundlich, verständnisvoll, mitfühlend - uns und unseren Kindern zuliebe.

---

**Kursleitung**

Martina Egli Meienberg  
Achtsamkeitstrainerin (MBSR «Mindful Parenting») und Familienmediatorin

---

**Dauer und Termine**

Die Veranstaltung dauert 2 Stunden  
Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber oder an einem Samstagmorgen

---

## Kindervers, Kinderlied und Kinderbuch – Neue Inputs fürs Erzählen

Kleine Kinder brauchen Geschichten. Die Betreuungspersonen (Eltern, Grosseltern, andere Bezugspersonen) vermitteln diese Geschichten im täglichen Austausch mit dem Kind. In praktischen Übungen trainieren die Teilnehmenden unterschiedliche Formen zur Vermittlung von Geschichten mit und ohne Buch. Ebenso erwerben sie Kenntnisse, wie sie ein gutes und geeignetes Kinderbuch auswählen.

---

**Kursleitung**

Markus Busin  
Primarlehrer, Leseanimateur SIKJM

---

**Dauer und Termine**

Die Veranstaltung dauert 2 Stunden  
Termin nach Absprache unter der Woche tagsüber oder an einem Samstagmorgen

---



## Organisatorisches

### Kursleitung

Die Kurse werden von ausgewählten Fachpersonen mit fundierter Ausbildung in Elementarbildung durchgeführt.

### Zielpublikum

Kindertagesstätten, Spielgruppen, Familien- und Gemeinschaftszentren können aus dem vorangehenden Kursangebot Veranstaltungen wählen und in der eigenen Einrichtung «ihren» Eltern und anderen Interessierten zugänglich machen.

### Ort

Sämtliche der angebotenen Elternbildungsveranstaltungen werden vor Ort – d.h. in der Kindertagesstätte, Spielgruppe oder im Gemeinschaftszentrum – durch die im Programm aufgeführten Kursleitungen durchgeführt. Die Verantwortlichen der jeweiligen Einrichtungen sind für die Teilnehmerwerbung des Kurses und für die Bereitstellung, für das Einrichten und für den Zugang der Räumlichkeiten zuständig.

### Kosten

Der Unkostenbeitrag beträgt CHF 100.00 pro Anlass.

Der Kurs Nuggi, Stofftier, Handybildschirm ist eine Kooperation mit der Suchtpräventionsstelle und daher kostenlos.

## Anmeldung

Melden Sie Ihren Kurswunsch sowie Ihre Kontaktdaten bis am 21. August 2023 per E-Mail an Gabi Woerlen, Fachschule Viventa. Die entsprechende Kursleitung wird sich danach direkt mit Ihnen in Verbindung setzen. Spätere Anmeldungen gerne auf Anfrage.

**Anmeldung:** Gabi Woerlen  
gabriela.woerlen@zuerich.ch

**Durchführung:** Überschreitet die Zahl der Anmeldungen das Kontingent der entsprechenden Elternbildungsveranstaltungen, werden Kindertagesstätten mit einer höheren Anzahl an subventionierten Plätzen bevorzugt behandelt.

## Kontakt und Beratung

Für ergänzende Informationen wenden Sie sich an:

Stadt Zürich  
Fachschule Viventa  
Gabi Woerlen  
Bereichsleitung Eltern- und Erwachsenenbildung  
Wipkingerplatz 4  
8037 Zürich

+41 44 413 50 90  
gabriela.woerlen@zuerich.ch  
stadt-zuerich.ch/viventa



1 Fachschule Viventa  
Schulhaus Wipkingen  
Wipkingenplatz 4  
8037 Zürich

2 Fachschule Viventa  
Schulhaus Bullinger  
Bullingerstrasse 50  
8004 Zürich

3 Fachschule Viventa  
Schulhaus Jungholz  
Jungholzstrasse 43  
8050 Zürich

4 Fachschule Viventa  
Schulhaus Im Rohr  
Sihlquai 332  
8005 Zürich

5 Fachschule Viventa  
Schulhaus Wehntal  
Wehntalerstrasse 129  
8057 Zürich

6 Fachschule Viventa  
Schulhaus Wengi  
Kernstrasse 11  
8004 Zürich

7 Fachschule Viventa  
Schulhaus Dorflinde  
Schwamendingenstrasse 39  
8050 Zürich

8 Fachschule Viventa  
Schulhaus Gutstrasse  
Gutstrasse 8  
8055 Zürich

9 Fachschule Viventa  
Schulhaus Bremgartnerstrasse  
Bremgartnerstrasse 60  
8003 Zürich

**Beratung und Anmeldung:**  
+41 44 413 50 00

viventa@zuerich.ch  
www.stadt-zuerich.ch/fsv-portal

Fachschule Viventa  
einzigartig, vielfältig wie du

