



Elternbildung

Kurse für Eltern und weitere
Bezugspersonen von Kindern
Kurse für Erwachsene mit Kindern

2022/23





Liebe Leserinnen und Leser

Was braucht mein Kind, um positiv aufwachsen zu können? Wie kann ich mein Kind in seiner Entwicklung unterstützen? Und wie behalte ich auch meine Bedürfnisse im Blick?

Kinder sind wunderbar, können Eltern und Erziehungsberechtigte aber auch ganz schön herausfordern. Eine starke Beziehung, bewusstes Erziehungsverhalten und Liebe bilden die Basis um den Nachwuchs auf die Gesellschaft vorzubereiten, damit sie als eigenständige Persönlichkeiten ihren Weg gehen und ihr Leben gestalten können.

Die Fachschule Viventa vermittelt in ihren vielfältigen Kursen Eltern, Erziehenden und Fachpersonen Kenntnisse und Orientierungshilfen für jede Lebens- und Entwicklungsphase eines Kindes. Die Kurse unterstützen in Erziehungsfragen, tragen zu einem entspannten Familienalltag bei und bieten die Möglichkeit zum gegenseitigen Austausch. Unterschiedliche persönliche, kulturelle, soziale und sprachliche Voraussetzungen oder auch schwierige Lebenssituationen werden dabei berücksichtigt.

Vielleicht hat Sie eines unserer Angebote neugierig gemacht. Gerne informieren wir Sie vertieft, was Kinder brauchen, damit sie gut und gesund aufwachsen können. Kontaktieren Sie uns: Wir stehen gerne für Fragen oder weitere Informationen zur Verfügung. Es würde uns freuen, Sie bald in einem unserer Kurse begrüßen zu dürfen.

Freundliche Grüsse

Filippo Leutenegger, Stadtrat
Vorsteher Schul- und
Sportdepartement

Christian Albrecht
Direktor
Fachschule Viventa



Inhaltsverzeichnis

| Thematische Kurse | | Standardisierte Kurse | |
|---|----|--|----|
| Coaching – Erziehungskompetenz erweitern! (Kinder zwischen 1 und 8 Jahren) | 04 | Starke Eltern – Starke Kinder® (Kinder bis 10 Jahre) | 12 |
| Coaching – Erziehungskompetenz erweitern! (Kinder ab 8 Jahren) | 04 | Starke Eltern – Starke Kinder® (Kinder ab 10 Jahren) | 13 |
| Im Wald, im schöne grüne Wald! | 04 | PEKiP® – Prager-Eltern-Kind-Programm | 13 |
| Pfiffige und fitte Kinder oder lässt sich Intelligenz mit dem Löffel essen? | 05 | Allgemeines | |
| Achtsam Eltern sein | 05 | Kursleitende | 14 |
| Zwei- oder mehrsprachig erziehen | 05 | Kursorte | 14 |
| Kulturelle Unterschiede in der Erziehung – Herausforderung und Chance | 06 | Kinderbetreuung | 14 |
| Wie Empathie Kinder stark macht | 06 | Beratung und Anmeldung | 14 |
| Erziehen ohne laut zu werden | 06 | Schulferien und unterrichtsfreie Tage | 14 |
| Das kann ich doch nicht durchlassen – Wege aus dem Machtkampf | 07 | Allgemeine Geschäftsbedingungen | 15 |
| Nein aus Liebe | 07 | Online Durchführung möglich | |
| Trennung, Scheidung und die Kinder? | 07 | | |
| Stark als Paar und als Eltern | 08 | | |
| Mobbing – nicht mein Kind! | 08 | | |
| Gleiche Chancen für alle Optimale Entwicklungsmöglichkeiten für Jungen und Mädchen | 09 | | |
| Elternwissen Schulerfolg – Lernort Familie | 09 | | |
| Wieso, Weshalb, Warum? Über den Umgang mit Kinderfragen | 09 | | |
| Kein Kind zu klein, ein Philosoph zu sein | 10 | | |
| Sexualerziehung zwischen 6 und 12 Jahren | 10 | | |
| Erziehungsideen aus dem Süden für den Norden | 11 | | |
| Chill ma! Wie Eltern ihre Kinder kompetent in die Adoleszenz begleiten. | 11 | | |
| Pubertät ist eine Tatsache und keine Krankheit | 11 | | |
| | | Beratung und Anmeldung | |
| | | +41 44 413 50 00 | |
| | | viventa@zuerich.ch | |
| | | www.stadt-zuerich.ch/fsv-portal | |



Thematische Kurse

Coaching – Erziehungskompetenz erweitern! (Kinder zwischen 1 und 8 Jahren)

Unter Anleitung einer Fachperson tauschen Sie sich einmal im Monat mit anderen Müttern und Vätern aus, besprechen Alltagsfragen rund um die Erziehung und erarbeiten Lösungen. Sie lernen Alternativen kennen, um mit bestimmten Themen oder Problemen umgehen zu können und verstehen so das Verhalten Ihres Kindes besser. Das Coaching lebt von den Beispielen der Teilnehmenden. Kurze theoretische Inputs der Kursleiterin vertiefen die erworbenen Erkenntnisse.

Zielgruppe: Für interessierte Eltern und Bezugspersonen von Kindern ab 1 bis 8 Jahren, welche Erziehungsfragen aktiv angehen wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|---------------|----------|---------|------------|
| 31.08.2022/4x | Mi 19:00-21:35 | Woerlen, Gabi | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F100H |
| 01.03.2023/4x | Mi 19:00-21:35 | Woerlen, Gabi | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F100F |

Coaching – Erziehungskompetenz erweitern! (Kinder ab 8 Jahren)

Dieses Coaching bietet Ihnen die Möglichkeit, sich unter Anleitung einer Fachperson einmal im Monat mit anderen Müttern und Vätern auszutauschen, Alltagsfragen rund um die Erziehung zu besprechen und Lösungen zu erarbeiten. Sie lernen Alternativen kennen, wie Sie mit bestimmten Themen oder Problemen umgehen können und verstehen das Verhalten Ihres Kindes besser. Das Coaching lebt von den Beispielen der Teilnehmenden. Kurze theoretische Inputs der Kursleiterin vertiefen die erworbenen Erkenntnisse.

Zielgruppe: Für interessierte Eltern und Bezugspersonen von Kindern ab 8 Jahren, die ihre Erziehungsmuster reflektieren und neue Kompetenzen erweitern wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Hinweis | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-----------|---------------|----------|---------|------------|
| 05.09.2022/4x | Mo 19:00-21:35 | Woerlen, Gabi | monatlich | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F160H |
| 13.03.2023/4x | Mo 19:00-21:35 | Woerlen, Gabi | monatlich | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F160F |

Im Wald, im schöne grüne Wald!

«Shinrin Yoku» kommt ursprünglich aus Japan und heisst so viel wie «Baden in der Waldatmosphäre». Was für gestresste Manager entwickelt wurde hat denselben gesundheitsfördernden und stressabbauenden Effekt auf unsere Kinder und die ganze Familie. In einer dreistündigen Waldführung in der Waid erfahren Sie, wie Sie den Aufenthalt im Wald mit Sinnes- und Achtsamkeitsübungen zu einem Erlebnis für alle Sinne machen können. Spüren, Hören, Sehen, Schmecken und Riechen helfen Ihrem Kind dabei sich zu entspannen und wertvolle Kräfte für seine Entwicklung zu sammeln. Dieser Kurs findet ohne Kinder statt.

Zielgruppe: Eltern und andere Bezugspersonen von Kindern im Alter von 4 bis 10 Jahren.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-------------|----------|---------|------------|
| 08.07.2023/1x | Sa 09:00-12:10 | Woerlen, Gabi | 50.00/65.00 | 5.00 | Im Wald | 58-F036F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Pfiffige und fitte Kinder oder lässt sich Intelligenz mit dem Löffel essen?

Essen und Trinken sind wie Dünger für das Gehirn. Nährstoffe, Vitamine und Mineralstoffe haben einen unmittelbaren Einfluss auf die Hirnleistung. Sie beeinflussen die Stimmung, die Konzentrations- und auch die Leistungsfähigkeit in Schule und Sport. Mit den optimalen Nahrungsmitteln, Brainfood, starten Kinder munter in den Tag und bleiben konzentriert. Mit Freude und Genuss!

Zielgruppe: Eltern, die ihre Kinder durch richtige Ernährung unterstützen möchten.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 25.10.2022/1x | Di 18:00-21:30 | Kaufmann, Denise | 55.00/70.00 | 10.00 | WIP | 58-A426H |

Achtsam Eltern Sein

Systematisches Training in Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Eltern. Dieser Kurs richtet sich an Mütter und Väter, die sich regelmässig gestresst, ausgeliefert und erschöpft fühlen, an ihre Grenzen kommen und darüber hinaus ein schlechtes Gewissen haben wegen ihrer Gefühle oder ihres Handelns ihren Kindern gegenüber - und die sich wünschen, sich selbst und ihren Kindern mit liebevoller Präsenz, Gelassenheit, Freundlichkeit und Mitgefühl zu begegnen.

Zielgruppe: Mütter und Väter und andere Bezugspersonen von Kindern (vom Säugling bis zum Teenager).

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|-------------------------|---------------|----------|---------|------------|
| 01.09.2022/9x | Do 08:45-11:45 | Egli Meienberg, Martina | 450.00/670.00 | 20.00 | WIP | 58-F400H |

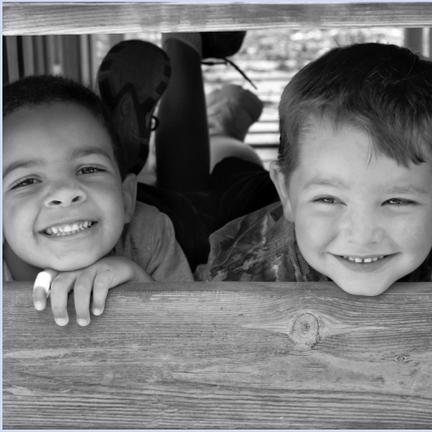
Zwei- oder mehrsprachig erziehen

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? Wie können Sie Ihrem Kind helfen, wenn die familieninterne Sprache nicht dieselbe ist wie diejenige, die «draussen» gesprochen wird? Sie erfahren Nützliches über die mehrsprachige Erziehung und lernen, wie Sie Ihr Kind mittels klarer Regeln optimal unterstützen können.

Zielgruppe: Eltern und Erziehungsberechtigte, die Kinder zwei- oder mehrsprachig erziehen und sie dabei sinnvoll unterstützen möchten.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|--|-------------|----------|---------|------------|
| 15.09.2022/1x | Do 18:00-20:35 | Busin-de Jesus da Silva Torrao, Markus | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F121H |
| 09.03.2023/1x | Do 18:00-20:35 | Busin-de Jesus da Silva Torrao, Markus | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F121F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Kulturelle Unterschiede in der Erziehung – Herausforderung und Chance

Unterschiedliches Erziehungsverhalten ist keine Seltenheit. Ein Elternteil fordert mehr Grenzen und Konsequenzen, der andere nimmt es mit dem Grenzsetzen lockerer. Und wenn kulturelle Hintergründe ins Spiel kommen, fühlt sich der Eine oder Andere schnell angegriffen. Das Anliegen nach den eigenen kulturellen Werten und Normen zu erziehen, ist verständlich. Doch wie viel Anpassung braucht es? Wo soll oder muss ich nachgeben? Ist es möglich zwei verschiedene Kulturen zu vermitteln?

Zielgruppe: Für alle Eltern und Erziehungsberechtigten, die ihre Auffassung von «Erziehung» dank Offenheit und Wertschätzung bereichern möchten.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|-----------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 07.12.2022/1x | Mi 19:00-21:35 | Montoya-Romani, Jorge | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F175H |
| 28.06.2023/1x | Mi 19:00-21:35 | Montoya-Romani, Jorge | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F175F |

Wie Empathie Kinder stark macht

Empathie ermöglicht Erwachsenen, Kinder so zu sehen, wie sie sind. Denn wahrgenommen zu werden, als das, was man ist, macht stark. Im Kurs werden Sie angeleitet und dabei begleitet, Beziehungskompetenz und Empathie für sich zu erlernen oder zu stärken und wie Sie diese an Ihre Kinder weitergeben können. Wir arbeiten mit den fünf Bereichen Körper, Atmung, Herz, Kreativität und Bewusstsein. Schafft man es, in allen diesen Bereichen Bewusstheit zu entwickeln, gelingt es auch mit Anderen auf echte Weise in Kontakt zu treten.

Zielgruppe: Eltern und Erziehende von Kindern ab Geburt bis 10 Jahren, welche diese durch Empathie stärken wollen. Grundlage für diesen Kurs bildet «Familylab» nach Jesper Juul.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|--------------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 23.11.2022/1x | Mi 19:30-22:05 | Kronig-Zurbruggen, Carla | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F149H |
| 12.04.2023/1x | Mi 19:30-22:05 | Kronig-Zurbruggen, Carla | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F149F |

Erziehen ohne laut zu werden

Viele Eltern erleben, dass sie im Familienalltag den Kindern gegenüber in die «Brüllfalle» tappen, obwohl sie das gar nicht wollen. Aber was tun, wenn die Kinder auch beim fünften Mal einfach nicht hören? Geht das nicht auch anders als mit Lautstärke? Sie erfahren, warum Ihre Kinder manchmal tun, was Sie von ihnen verlangen und manchmal eben nicht. Sie reflektieren Ihren eigenen Kommunikations- und Erziehungsstil und entwickeln praktische und nachvollziehbare Lösungen für diese Situationen.

Zielgruppe: Eltern und Bezugspersonen von Klein- und Primarschulkindern, die auf der Suche nach Wegen aus der «Brüllfalle» sind.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-------------|----------|---------|------------|
| 07.11.2022/1x | Mo 09:00-11:35 | Woerlen, Gabi | 45.00/60.00 | 5.00 | WIP | 58-F147H |
| 09.05.2023/1x | Di 09:00-11:35 | Woerlen, Gabi | 45.00/60.00 | 5.00 | WIP | 58-F147F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Das kann ich doch nicht durchlassen – Wege aus dem Machtkampf

Kinder testen elterliche Grenzen immer wieder aufs Neue aus. Dies kann zu kräfteaubenden Auseinandersetzungen führen. Oft finden sich die Eltern in einem Machtkampf wieder und sind auf der Suche nach Strategien, um in angespannten Situationen wirkungsvoll zu reagieren. Das Konzept «Neue Autorität» nach Haim Omer und Arist von Schlippe zeigt Möglichkeiten auf, mit herausfordernden Alltagssituationen anders umzugehen.

Zielgruppe: Eltern und Erziehende von Kindergarten- und Primarschulkindern, die aus Eskalationen und Machtkämpfen aussteigen und gleichzeitig wirkungsvoll bleiben wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-------------|----------|---------|------------|
| 08.11.2022/2x | Di 18:30-21:05 | Girzone, Rita | 70.00/95.00 | | WIP | 58-F021H |
| 02.03.2023/2x | Do 18:30-21:05 | Girzone, Rita | 70.00/95.00 | | WIP | 58-F021F |

Nein aus Liebe

Kinder suchen nach der Persönlichkeit ihrer Eltern. Sie wollen wissen, wer diese sind und wofür sie stehen. Sie suchen damit Kontakt und Beziehung und keine «Begrenzung». Sie wünschen sich Eltern, die ihre Grenzen und Bedürfnisse erklären können. Hier fordern uns die Kinder auf, klar und authentisch zu sein, auch mit einem «Nein». Denn es gilt: Klare Eltern – starke Kinder. Durch ein echtes «Nein» wird kein Kind verletzt. Aber es erfordert Engagement, Ehrlichkeit und Mut, was oft schwierig ist und gerade deshalb eine liebevolle Begründung nötig macht.

Zielgruppe: Für Eltern und Bezugspersonen von Kindern zwischen 2 und 10 Jahren, die durch ihr klares Verhalten ihren Kindern liebevoll Grenzen setzen wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|--------------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 26.10.2022/1x | Mi 19:30-22:05 | Kronig-Zurbriggen, Carla | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F148H |
| 24.05.2023/1x | Mi 19:30-22:05 | Kronig-Zurbriggen, Carla | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F148F |

Trennung, Scheidung und die Kinder?

Nach einer Trennung stehen Mütter und Väter vor der Herausforderung, den Kindern auch für die Zukunft Sicherheit und Geborgenheit zu geben und gleichzeitig ihre Beziehung auf eine neue Basis zu stellen. Dazu sind Vereinbarungen, Regeln und Entgegenkommen notwendig. Sie lernen, was Sie tun können, damit die Kinder nicht zu sehr unter der Trennung leiden müssen.

Zielgruppe: Für Mütter und Väter in geplanter oder vollzogener Trennung, die ihre Kinder in dieser herausfordernden Situation so gut wie möglich unterstützen wollen. Der Kurs kann allein oder von beiden Elternteilen besucht werden.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|------------------------------------|---------------|----------|---------|------------|
| 14.11.2022/4x | Mo 18:30-21:05 | Burri, Roland u. Umbricht, Barbara | 100.00/150.00 | | WIP | 58-F136H |
| 27.02.2023/4x | Mo 18:30-21:05 | Burri, Roland u. Umbricht, Barbara | 100.00/150.00 | | WIP | 58-F136F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Stark als Paar und als Eltern

Die Gründung einer Familie ist bereichernd und herausfordernd zugleich. Die vielen neuen Anforderungen, die endlose Liste an Aufgaben und der häufige Schlafmangel, lassen wenig Raum für eine aktive Beziehungspflege. Nörgeleien, destruktive Diskussionen und das Einschlafen der Sexualität können Konsequenzen sein. In diesem Seminar beschäftigen Sie sich damit, wie Sie Ihre Beziehung beleben, um für aktuelle oder zukünftige Herausforderungen gestärkt zu sein.

Zielgruppe: Paare, die ihre Beziehungsqualität verbessern möchten.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|-----------------------------------|----------------------|---------------|----------|---------|------------|
| 12.11.2022/2x | Sa 08:00-12:50/ So 09:00-16:00 | MacKenzie, Elisabeth | 105.00/155.00 | 5.00 | WIP | 58-F166H |
| 11.03.2023/2x | Sa 08:00-12:50/ So 09:00-16:00 | MacKenzie, Elisabeth | 105.00/155.00 | 5.00 | WIP | 58-F166F |

Mobbing – nicht mein Kind!

Mobbing in der Schule wird immer wieder breit diskutiert. In vielen Broschüren können sich Eltern über Hintergründe und Auswirkungen von Mobbing informieren. Trotzdem besteht bei vielen Eltern in ihrem erzieherischen Alltag Unsicherheit, wenn sie von Mobbing hören. In diesem Kurs erhalten Sie Informationen über Ursachen und Folgen von Mobbing. Gleichzeitig wird aufgezeigt, wie Sie Ihr Kind vor Mobbing schützen und wie Sie konstruktive Gespräche mit Lehrkräften führen können.

Zielgruppe: Interessierte Eltern von Kindern im Alter vom Kindergarten bis Ende Primarschule, die sich über Mobbing informieren wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---|-------------|----------|---------|------------|
| 22.09.2022/2x | Do 18:00-20:35 | Busin-de Jesus da Silva Torrao, Markus | 70.00/95.00 | | WIP | 58-F124H |
| 16.03.2023/2x | Do 18:00-20:35 | Busin-de Jesus da Silva Torrao, Markus | 70.00/95.00 | | WIP | 58-F124F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Gleiche Chancen für alle Optimale Entwicklungsmöglichkeiten für Jungen und Mädchen

Wie unterscheiden sich Mädchen und Jungen? Welche Rolle haben die Spielzeugindustrie, die Werbung, das Fernsehen und die Eltern? Was sehen Kinder zu Hause und wie prägen diese Erfahrungen das Eigenbild des Kindes? Erfahren Sie Konkretes und Überraschendes zum Thema «Typisch Junge – Typisch Mädchen». Es wird aufgezeigt, was Mädchen brauchen, was bei Jungs oft zu kurz kommt und wie Sie dies ausgleichen können. So kann sich das Kind unabhängig vom Geschlecht optimal entwickeln und entfalten.

Zielgruppe: Eltern und andere Bezugspersonen von Kindern im Alter von 0 bis 10 Jahren.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-------------|----------|---------|------------|
| 21.11.2022/1x | Mo 09:00-11:15 | Woerlen, Gabi | 45.00/55.00 | 5.00 | WIP | 58-F029H |
| 04.04.2023/1x | Di 09:00-11:15 | Woerlen, Gabi | 45.00/55.00 | 5.00 | WIP | 58-F029F |

Elternwissen Schulerfolg – Lernort Familie

Studien sowie Berichte aus der Praxis zeigen, dass der Schulerfolg der Kinder massgeblich durch die Eltern beeinflusst wird. Dies gilt unabhängig vom sozialen und kulturellen Hintergrund und der Familienstruktur. Sie erfahren an diesem Kursabend – wie Sie durch Erziehung, Begleitung und Beziehung den Schulerfolg Ihres Kindes beeinflussen können. – wie Sie mit Ihrem Engagement das Lernverhalten und die Motivation Ihres Kindes unterstützen und Ihre Familie als Lernort gestalten können.

Zielgruppe: Eltern bzw. Erziehungsberechtigte von Schulkindern.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|-----------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 09.11.2022/1x | Mi 19:00-21:35 | Montoya-Romani, Jorge | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F174H |
| 31.05.2023/1x | Mi 19:00-21:35 | Montoya-Romani, Jorge | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F174F |

Wieso, Weshalb, Warum? Über den Umgang mit Kinderfragen

Kinder stellen uns tagtäglich Dutzende von Fragen. Das kann für die Erwachsenen ganz schön anstrengend sein! Wie reagieren Eltern, wenn Kinder Informationen wollen zu Themen wie Sexualität, Religion oder Politik? Sie erhalten Informationen und konkrete Tipps zu einem altersentsprechenden Umgang mit herausfordernden Kinderfragen. Alltagsnahe Beispiele geben Ihnen Sicherheit und Gelassenheit. Die spannenden sowie beziehungsstärkenden Aspekte des Fragens werden Ihnen Lust auf das nächste «Warum?» Ihres Kindes machen!

Zielgruppe: Eltern und andere Bezugspersonen von Kindern im Alter von 4 bis 12 Jahren.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-------------|----------|---------|------------|
| 06.12.2022/1x | Di 09:00-11:15 | Woerlen, Gabi | 45.00/55.00 | 5.00 | WIP | 58-F035H |
| 03.07.2023/1x | Mo 09:00-11:15 | Woerlen, Gabi | 45.00/55.00 | 5.00 | WIP | 58-F035F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Kein Kind zu klein, ein Philosoph zu sein

«Wo geht die Schnecke hin, wenn sie nicht mehr in ihrem Haus ist?», «Was ist Liebe?», «Wieso sind wir auf der Erde?». Ein offener, fragender und an der Welt interessierter Geist, ist es nicht das, was wir unseren Kindern neben Liebe und Gesundheit vor allem wünschen? Beim Philosophieren wird die Neugier geweckt, die Dialogfähigkeit gestärkt und die Beziehung zwischen Eltern und Kindern vertieft. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie mit gezielten Fragen und dank aktivem Zuhören Ihr Kind beim Suchen und Finden von eigenen Fragen und Antworten unterstützen können. Fördern Sie die Ausdrucksfähigkeit und die Kommunikation auf spielerische und tiefsinnige Art. Es wartet eine ganze Welt darauf, von Ihnen und Ihrem Kind entdeckt zu werden!

Zielgruppe: Eltern und Bezugspersonen von Kindern ab 4 Jahren.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|-------------------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 10.11.2022/1x | Do 09:00-11:35 | Tuena-Landolt, Sandra Lidwina | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F040H |
| 17.03.2023/1x | Fr 09:00-11:35 | Tuena-Landolt, Sandra Lidwina | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F040F |

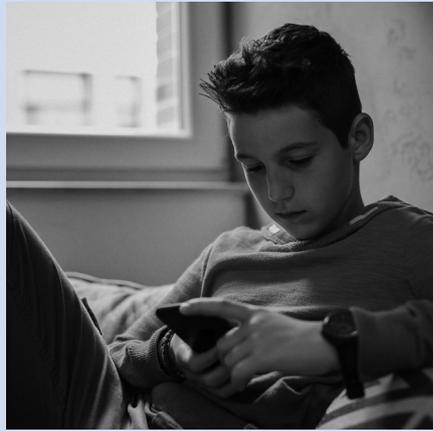
Sexualerziehung zwischen 6 und 12 Jahren

Eltern haben in der Sexualerziehung neben der Sexualpädagogik der Schule eine wichtige Rolle. Sie begegnen dabei auch Fragen und Unsicherheiten. Was beschäftigt ein Kind in diesem Alter? Wie sollen Fragen beantwortet werden? Was wissen Kinder bereits, welche Informationsquellen nutzen sie und wie können sie geschützt werden? Gemeinsam werden Alltagsfragen zur Sexualerziehung diskutiert und es wird aufgezeigt, wie Eltern und Bezugspersonen Kinder begleiten können, damit sie sich gesund entwickeln.

Zielgruppe: Erziehende und Bezugspersonen von Kindern im Primarschulalter, die sich mit der Sexualerziehung ihrer Kinder auseinander setzen wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|-------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 14.11.2022/1x | Mo 19:00-21:35 | Giacomin, Roberto | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F180H |
| 14.03.2023/1x | Di 19:00-21:35 | Giacomin, Roberto | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F180F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Erziehungsideen aus dem Süden für den Norden

Eltern mit Migrationshintergrund stehen in einer neuen Kultur und Gesellschaft vor einer Herausforderung. Die Erziehung und die eigene Elternrolle an die Umgebung anzupassen, sind Ziele einer wünschenswerten Integration. Doch gibt es kulturell bedingte Unterschiede in der Erziehung? Dieses Angebot fördert einen interkulturellen Austausch, bei dem sich Eltern – mit oder ohne Migrationshintergrund – für die Erziehung inspirieren lassen können.

Zielgruppe: Für alle Eltern und Erziehungsberechtigten, die ihre Auffassung von Erziehen dank Offenheit und Wertschätzung bereichern möchten.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|-----------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 05.10.2022/1x | Mi 19:00-21:35 | Montoya-Romani, Jorge | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F173H |
| 29.03.2023/1x | Mi 19:00-21:35 | Montoya-Romani, Jorge | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F173F |

Chill mal! Wie Eltern ihre Kinder kompetent in die Adoleszenz begleiten.

Mit der Adoleszenz der Kinder fängt auch für Eltern eine neue Lebensphase an. Wie gelingt es Jugendliche loszulassen und ihnen gleichzeitig Halt zu geben? Wann ist Zuversicht und wo Präsenz angesagt? Diese Inputs und weitere Denkanstösse begleiten Eltern an diesem Anlass und ermöglichen eine praxisnahe Auseinandersetzung mit einer spannenden Entwicklungsphase.

Zielgruppe: Eltern von Jugendlichen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|---------------|-------------|----------|---------|------------|
| 22.11.2022/1x | Di 18:30-21:05 | Girzone, Rita | 45.00/60.00 | | WIP | 58-F022H |

Pubertät ist eine Tatsache und keine Krankheit

Pubertät bedeutet nicht unweigerlich Rebellion. Wachsen Kinder in die Pubertät hinein, ist es mit traditioneller Erziehung vorbei. Doch auch wenn Jugendliche die meiste Zeit mit Gleichaltrigen verbringen, bleiben Eltern wichtige Vorbilder und Diskussionspartner für sie. Die Familie ist für Teenager nach wie vor von grosser Bedeutung. In diesem Kurs werden die neue Rolle und die Aufgaben der Eltern in dieser Phase gemeinsam erarbeitet. Erfahren Sie, wie Sie das Heranwachsen und die Entwicklung Ihres Teenagers sinnvoll unterstützen und sich an seinem Erwachsenwerden freuen können.

Zielgruppe: Für Eltern von Kindern von 11 bis 15 Jahren und alle Interessierten, welche die Entwicklung von Teenagern unterstützen und begleiten wollen.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|---------------|----------------|--------------------------|-------------|----------|---------|------------|
| 02.11.2022/1x | Mi 19:30-22:05 | Kronig-Zurbruggen, Carla | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F178H |
| 08.03.2023/1x | Mi 19:30-22:05 | Kronig-Zurbruggen, Carla | 70.00/80.00 | | WIP | 58-F178F |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Standardisierte Kurse

Unsere standardisierten Kurse für Eltern bzw. Eltern und Kind werden unter einem internationalen Label geführt und gestaltet. Damit garantieren wir mit diesen Kursen einen einheitlichen Inhalt und ebensolchen Ausbildungsstand unserer Kursleitenden.



Starke Eltern – starke Kinder®



PEKiP®

Starke Eltern – Starke Kinder® (Kinder bis 10 Jahre)

- Basiskurs:** Eltern stärken ihre Erziehungsfähigkeit, erhalten Informationen über die kindliche Entwicklung und können dadurch die Kinder besser verstehen. Sie setzen sich mit Wert- und Erziehungsvorstellungen sowie Kommunikationsmustern und -regeln auseinander. Gemeinsam werden Lösungsmöglichkeiten für Konfliktsituationen erarbeitet. Grundlage: der anleitende Erziehungsstil.
- Aufbaukurs:** Eltern lernen den Umgang mit Emotionen sowie das sinnvolle Setzen und Durchsetzen von angepassten Grenzen bei der Erziehung. Auch erfahren sie, wie ihr entwicklungsförderndes Verhalten bei Grenzüberschreitungen die Konfliktfähigkeit bei Kindern unterstützt. Methoden aus dem Basiskurs werden vertieft und deren Anwendung im Erziehungsalltag gefördert.
- Zielgruppe:** Alle interessierten Mütter, Väter und Erziehungspersonen von Kindern ab 2 bis 10 Jahren, die mehr Freude im Familienalltag anstreben.
- Hinweis:** «Starke Eltern – Starke Kinder®» ist ein Elternkurs der Stiftung Kinderschutz Schweiz. Er wurde vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelt. Voraussetzung für den Aufbaukurs ist der Besuch des Basiskurses. Für Teenager siehe Seite 14.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|-------------------|----------------|----------------------------|---------------|----------|---------|------------|
| Basiskurs | | | | | | |
| 22.11.2022/4x | Di 19:45-22:00 | Holenstein-Müller, Daniela | 100.00/125.00 | | Online | 58-F150H |
| 09.03.2023/4x | Do 19:00-21:35 | Holenstein-Müller, Daniela | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F151F |
| Aufbaukurs | | | | | | |
| 10.01.2023/4x | Di 19:45-22:00 | Holenstein-Müller, Daniela | 100.00/125.00 | | Online | 58-F155H |

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Starke Eltern – Starke Kinder® (Kinder ab 10 Jahren)

- Basiskurs:** Eltern stärken ihre Erziehungsfähigkeit, erhalten Informationen über die kindliche Entwicklung und können dadurch die Kinder besser verstehen. Sie setzen sich mit Wert- und Erziehungsvorstellungen sowie Kommunikationsmustern und -regeln auseinander. Gemeinsam werden Lösungsmöglichkeiten für Konfliktsituationen erarbeitet. Grundlage: der anleitende Erziehungsstil.
- Aufbaukurs:** Eltern lernen den Umgang mit Emotionen sowie das sinnvolle Setzen und Durchsetzen von angepassten Grenzen bei der Erziehung. Auch erfahren sie, wie ihr entwicklungsförderndes Verhalten bei Grenzüberschreitungen die Konfliktfähigkeit bei Kindern unterstützt. Methoden aus dem Basiskurs werden vertieft und deren Anwendung im Erziehungsalltag gefördert.
- Zielgruppe:** Alle interessierten Mütter und Väter, sowie Erziehungspersonen von Kindern ab 10 Jahren, die mehr Freude im Familienalltag anstreben.
- Hinweis:** Starke Eltern – Starke Kinder® ist ein Elternkurs der Stiftung Kinderschutz Schweiz. Er wurde vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelt. Voraussetzung für den Aufbaukurs ist der Besuch des Basiskurses. Für Kinder bis 10 Jahre siehe Seite 13.

| Beginn/Dauer | Tag/Zeit | Kursleitung | Preis* | Material | Kursort | Kursnummer |
|-------------------|----------------|----------------------------|---------------|----------|---------|------------|
| Basiskurs | | | | | | |
| 30.08.2022/4x | Di 19:00-21:35 | Holenstein-Müller, Daniela | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F156H |
| Aufbaukurs | | | | | | |
| 25.10.2022/4x | Di 19:00-21:35 | Holenstein-Müller, Daniela | 100.00/150.00 | 10.00 | WIP | 58-F153H |

PEKiP® – Prager-Eltern-Kind-Programm

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) ist der Klassiker der Elternbildung und bietet Ihnen ideale Anregungen für die Begleitung und Förderung Ihres Kindes im ersten Lebensjahr. Sie erhalten Ideen für Bewegungs-, Sinnes- und Interaktionsspiele, die auf der Eigenaktivität Ihres Babys basieren und erleben die gesamte Kleinstkind-Entwicklung bewusster.

- Zielgruppe:** Für Mütter und Väter zusammen mit ihrem Baby, welche die Kleinkindphase bewusst(er) erleben möchten. Das Angebot beginnt ab der 6. Lebenswoche der Babys bis sie sicher gehen können.
- Kursleitung:** Unsere Kursleiterinnen Susanna Fischer, Gabi Woerlen, Mirjam Erni und Sabine Rich sind Fachfrauen mit Zusatzausbildung für die international standardisierten PEKiP-Kurse.
- Organisation:** Eine PEKiP-Gruppe umfasst 6 bis 8 Eltern-Kind-Paare. Die Einteilung erfolgt aufgrund des Babyalters. Die Kurse finden von Montag bis Freitag tagsüber im Schulhaus Wipkingen statt und beinhalten eine unterschiedliche Anzahl Treffen à 90 Minuten. Der Kurspreis ist abhängig von der Anzahl Treffen. Hinzu kommen CHF 5.00 für Material.

Bitte kontaktieren Sie für die Anmeldung und weitere Informationen unser Kundencenter:
Telefon: +41 44 413 50 00 oder Mail: viventa@zuerich.ch.

* Der höhere Tarif gilt für Personen mit Wohnort ausserhalb der Stadt Zürich.



Kursleitende

Alle Kursleitenden, die die Fachschule Viventa in ihren Erwachsenen- und Elternbildungskursen einsetzt, verfügen über die dafür nötige fachliche und erwachsenenbildnerische Qualifikation und Erfahrung.

Kursorte

| Kursort | Schulhaus | Adresse | Tram | Bus |
|---------|-----------|-------------------------------|-------------|----------------|
| 1 WIP | Wipkingen | Wipkingerplatz 4, 8037 Zürich | 4, 6, 8, 13 | 33, 46, 72, 83 |

Kinderbetreuung

Möchten Sie einen unserer Kurse besuchen, haben aber keine Kinderbetreuung? Von Montag bis Freitag steht Ihnen tagsüber eine Betreuung für Kinder bis zum Kindergartenalter zur Verfügung. Die Kosten betragen CHF 5.00 pro Kind und Lektion. Eine Anmeldung ist notwendig. Die Kosten für die Kinderbetreuung werden für die gesamte Kursdauer berechnet. Anmeldung: telefonisch oder per E-Mail beim Kundencenter unter +41 44 413 50 00 oder viventa@zuerich.ch.

Online Kurse



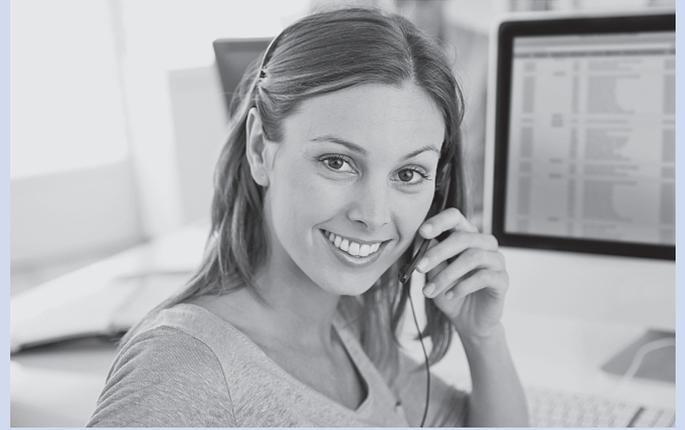
Die Fachschule Viventa bietet ihre Kurse als Präsenzkurse an. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, kann für die gekennzeichneten Kurse auf eine Online-Durchführungsvariante ausgewichen werden. Die Kurskosten und Kurszeiten bleiben in diesem Fall unverändert.

Schulferien und unterrichtsfreie Tage

Die aktuellen Daten sind auf unserer Webseite aufgeführt.

Beratung und Anmeldung

+41 44 413 50 00
viventa@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/fsv-portal



Allgemeine Geschäftsbedingungen (Auszug)

Bestätigung / Einzahlung

Aufgrund Ihrer verbindlichen Anmeldung und bei Zustandekommen des Kurses erhalten Sie vor Kursbeginn einen Einzahlungsschein mit Kursausweis. Bitte verwenden Sie ausschliesslich unseren Einzahlungsschein und beachten Sie die vorgegebene Zahlungsfrist.

Abmeldung

Bei einer Kursabmeldung vor Kursbeginn ist eine Umtriebsentschädigung von 50 % des Kursgelds, jedoch von höchstens CHF 100.00 geschuldet. Bei einer Kursabmeldung nach Kursbeginn sind bei Kursen mit Dauer bis zu einem Semester das ganze Kursgeld und die allfälligen Materialkosten, bei Semesterkursen das Kursgeld und die allfälligen Materialkosten für das angebrochene Semester zu bezahlen.

Kursgeld

Die Kurse der Fachschule Viventa werden einer Tarifkategorie A oder B zugeteilt.

Zur Kategorie A gehören Kurse, die den Bildungsauftrag der Schule im engeren Sinn erfüllen, das bestehende Marktangebot in der Stadt Zürich ergänzen und einen hohen gesellschaftlichen bzw. sozialen Nutzen erbringen.

Kurse der Kategorie B erfüllen den Auftrag unserer Schule nur im weiteren Sinn, werden jedoch aufgrund der bestehenden Infrastruktur und unter der Voraussetzung einer substantiellen Kostendeckung weiterhin angeboten.

In der Kurskategorie A betragen die Kosten pro Lektion CHF 8.25 bei Wohnsitz innerhalb der Stadt Zürich und CHF 12.35 bei auswärtigem Wohnsitz.

In der Kurskategorie B betragen die Kosten pro Lektion CHF 15.40 bei Wohnsitz innerhalb der Stadt Zürich und CHF 18.50 bei auswärtigem Wohnsitz.

Kursgelderermässigung

Personen, die im Besitz einer am ersten Kurstag gültigen «KulturLegi» der Caritas sind, können eine Ermässigung von 60 % auf den anwendbaren Kurstarif verlangen.

Kurszusage

Bei einer Kurszusage wird zwei Wochen vor Kursbeginn eine Rechnung zugestellt, welche zugleich auch die Kursbestätigung beinhaltet.

Kursabsage

Bei Absage eines Kurses seitens der Fachschule Viventa werden die Angemeldeten orientiert. Das Kursgeld wird ohne Abzug zurückerstattet. Umbuchungen in andere Kurse sind gebührenfrei möglich.

Versicherung

Die Fachschule Viventa und Kursleitung übernehmen keine Haftung. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Städtische Rechtsgrundlage

Die Regelungen basieren auf dem «Reglement über das Kursgeld an der Fachschule Viventa», das vom Stadtrat am 8. April 2015 erlassen wurde (siehe www.stadt-zuerich.ch/viventa unter «Allgemeine Geschäftsbedingungen»).



1 Fachschule Viventa
Schulhaus Wipkingen
Wipkingerplatz 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

