



Programm 2011/12

Im Leben eines Kindes bildet Beziehung das Fundament seiner Entwicklung. Vom ersten Tag an. Alle Entwicklungsprozesse basieren dabei auf der Beziehung des Kindes zu mindestens einer Bezugsperson, die ihm den Aufbau einer sicheren Bindung ermöglicht. Neueste Erkenntnisse zeigen, dass Betreuung, Erziehung und Selbstbeste eines Kindes zuallererst über Beziehung erfolgt.



Die von Elternbildung CH lancierte Kampagne «Stark durch Beziehung» konzentriert sich ganz auf die Gestaltung der Beziehung.

Kampagne «Stark durch Beziehung» – Ein Partnerprojekt der Elternbildung CH mit der Jacobs Foundation.



Folgende acht Botschaften braucht ein Kind und macht es stark:

- Kontakt und körperliche Nähe
- Geborgenheit und Verlässlichkeit
- Zuwendung und Zwiegespräche
- eine sichere Bindung
- Anerkennung seiner Einzigartigkeit
- Vertrauen in seine Fähigkeiten
- eine anregende Entwicklungsumgebung
- Orientierung

Kurse, welche die 8 Botschaften der Kampagne **Stark durch Beziehung** aufgreifen, sind mit dem Kampagnen-Logo gekennzeichnet. Nebst Kursen wie «PEKIP» – Spielerische Sinnes- und Bewegungsanregungen für das Baby im ersten Lebensjahr» und «Babymassage» finden Sie weitere Angebote, die für die Beziehungsarbeit zwischen Erziehenden und Kindern wichtig sind wie «babySignal® Babyzeichensprache» oder «Abenteuer Sprachentwicklung».

Nutzen Sie die Gelegenheit und besuchen Sie den einen oder anderen Kurs.

Das Kursprogramm wird laufend ergänzt, die aktuellsten Kurse finden Sie auf www.elternbildung-gr.ch!

Baby Massage für Eltern



Die Massage wird mit dem Baby gemacht, nicht am Baby. Dabei vermitteln Sie mit Ihrer Berührung Liebe, Akzeptanz und Respekt. Wenn Sie während einer Ruhepause im täglichen Ablauf Ihr Baby massieren, wird die Massage ein Kommunikationsmittel, das Ihnen während Ihres gesamten Elternseins zur Verfügung steht. Gemeinsam mit Ihrem Kind setzen Sie den Grundstein für eine lebenslange Entspannungsfähigkeit.
Zielgruppe: Babies von vier Wochen bis zum Krabbelalter

Es finden laufend Kurse statt. 5 Kurse, Samstags, jeweils von 14.00 bis 15.30 Uhr. Privatunterricht nach Absprache. • **Ort:** Medizinisches Zentrum gleis d, Gürtelstrasse 46, Chur

Kosten: CHF 180 5 x 60 – 90 Min. oder CHF 180 3 x 60 – 90 Min. Privatunterricht • Leitung und Veranstalter: Silke Franzen, diplomierte Kinderkrankenschwester, Berufsbildnerin, zertifizierte Kursleiterin der IAIM (International Association of Infant Massage) • Anmeldung: 081 353 72 66, silfra-24@bluewin.ch

Geburtsvorbereitung

In der Geburtsvorbereitung erhalten Sie umfassende Informationen über das Geburtsgeschehen, über Atem- und Entspannungstechniken. Sie lernen wohltuende Massagen kennen. Ziel ist es, schwangere Frauen in ihrem Körperbewusstsein zu fördern und das Vertrauen in den weiblichen Körper und dessen Fähigkeit ein Kind zu gebären, zu stärken.
Zielgruppe: Schwangere ab der 26. Schwangerschaftswoche

Es finden laufend Kurse statt. Genaue Daten bitte anfragen.
Ort: Kantonsspital Frauenklinik Fontana, Chur

Kosten: auf Anfrage • Leitung: Hebammen der Frauenklinik Fontana • Auskunfts und Anmeldung: Kantonsspital Frauenklinik Fontana, Lürliadstrasse 118, 7000 Chur, 081 254 81 81, Mo – Fr von 14.00 bis 16.30 Uhr

Geburtsvorbereitung



Die Geburt eines Kindes ist eine intensive Erfahrung im Leben einer Frau, eines Paares, welche mit Glück und Schmerz zugleich verbunden ist. Sie ist ein Moment, der absoluten Vertrauen, tiefes Verständnis und eine liebevolle Umgebung fordert. Wie schaffen Frauen und Paare es, sich auf dieses wunderbare Ereignis vorzubereiten und einzulassen?
Zielgruppe: Schwangere ab der ca. 26. Schwangerschaftswoche

Es finden laufend Kurse statt. Genaue Daten bitte anfragen. 5 Abende. Gemischte Paar-Frauenkurse für Erstgebärende und Frauenkurse für Mehrgebärende
Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur

Kosten: auf Anfrage • Leitung: Hebammen des Geburtshauses Graubünden • Auskunfts und Anmeldung: Geburtshaus Graubünden, 081 733 00 88. Christina Isenmann, Geschäftsleitung

Notfälle bei Kleinkindern

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie sich richtig verhalten, wenn ein Kind verunfallt oder erkrankt. Dieses Wissen gibt Ihnen Sicherheit und Selbstvertrauen. Inhalt dieses Kurses: Beurteilung des Kindes, richtig alarmieren. Unfall-Situationen spielen und richtig lösen. Cardio-pulmonale-Reanimation (Herzmassage). Während 2 Stunden ist ein Kinderarzt da, der Ihre Fragen beantwortet.
Zielgruppe: Eltern, Grosseltern und weitere Betreuer von Kindern

Es finden laufend Kurse statt. 11 Stunden, Abends oder Samstag/Sonntag.
Ort: Sanitätsgebäude, Segantinstrasse 12, Chur

Kosten: CHF 160/Person; CHF 260/Ehepaar • Leitung: Kursleiter/Technische Leiter des Samaritervereins Chur • Anmeldung: 081 250 25 08, Samariterverein Chur, www.samariter-chur.ch

Buchstart-Krabbelgruppe



Wir zeigen Ihnen anhand verschiedener Themen wie Kinder lustvoll und kreativ Sprache erleben mit Reimen, Kniereitern, Spielen. Dabei erhalten Sie wertvolle Anregungen und praktische Tipps an 8 Dienstagnachmittagen von 15.00 bis 16.30 Uhr. Genaue Daten und Infos unter www.volksbibliothek.ch.
Zielgruppe: Eltern mit ihren Kleinkindern zwischen 9 und 36 Monaten

Daten auf Anfrage. 8 Kurse, Dienstags, jeweils von 14.00 bis 16.30 Uhr oder 15.00 bis 16.30 Uhr
Ort: Bündner Volksbibliothek, Arcas 1, Chur

Kosten: Gratis • Leitung: Vreni Caduff und Rita Meyer, Bibliothekarinnen SAB und ausgebildete Kindergärtnerinnen • Anmeldung: 081 252 61 40 • Veranstalter: Bündner Volksbibliothek, Arcas 1, 7000 Chur www.volksbibliothek.ch

Tragetuchkurse für Schwangerschaft – Neugeborene – Kleinkinder

Sie erlernen den korrekten Umgang mit dem Tragetuch, wie Sie in der Schwangerschaft den Bauch entlasten können und das Neugeborene fachgerecht tragen. Mit viel Hintergrundwissen und individuellen Tipps für den Alltag, beim Wandern usw. Rückentragen für Kinder ab 4 Monaten. Verkauf von Tragetüchern und praktischem Zubehör. Probieren eines Tragetuches möglich. Bei Fragen bitte melden.
Zielgruppe: Schwangere, Eltern von Neugeborenen und Kleinkindern

Es finden laufend Kurse statt. Daten auf Anfrage.
Ort: Chur

Kosten: CHF 50/Kursteilnehmer • Leitung: Anita Studach-Grass, Chur, Ausbildung als Lana Tragetuchkursleiterin, Gebietsleiterin, Heilenergetikerin • Anmeldung: 079 566 31 14, austudach@deep.ch

Babymassage



Babymassage ist eine Möglichkeit, Ihrem Kind Geborgenheit, Ruhe und Entspannung zu geben. Durch die Massage wird die Durchblutung gefördert, die Muskulatur entspannt sich und der Stoffwechsel wird angeregt. Somit steigern Sie das Wohlbefinden und eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes.
Zielgruppe: Mutter, Vater und Kind ab der 5. bis 6. Lebenswoche

Laufend Kurse. Daten auf Anfrage. 4 Kurse Mittwochs, 14.30 bis 16.00 Uhr, Privatunterricht nach Absprache. **Ort:** Kantonsspital Frauenklinik Fontana, Chur

Kosten: CHF 150 für 4 Lektionen oder CHF 160 für 3 Lektionen Privatunterricht • Leitung: Brigitta Manetsch, dipl. Pflegefachfrau DN1 Anmeldung: 081 284 03 94, 079 370 35 31, b.manetsch@bluewin.ch

Kindermassage

Kindermassage ist eine Möglichkeit, Ihrem Kind Geborgenheit, Ruhe und Entspannung zu geben. Durch die Massage wird die Durchblutung gefördert, die Muskulatur entspannt sich und der Stoffwechsel wird angeregt. Somit steigern Sie das Wohlbefinden und eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes.
Zielgruppe: Eltern mit Kindern ab dem 2. Lebensjahr bis ins Schulalter

Es finden laufend Kurse statt. Jeweils Mittwochs, 19.30 bis 21.30 Uhr
Ort: Kantonsspital Frauenklinik Fontana, Chur

Kosten: CHF 120 für 3 Lektionen • Leitung: Brigitta Manetsch, dipl. Pflegefachfrau DN1 Anmeldung: 081 284 03 94/079 370 35 31 b.manetsch@bluewin.ch

babySignal® Babyzeichensprache



Bevor Kleinkinder ihre ersten Worte sprechen, können sie Bedürfnisse oder Beobachtungen durch einfache Handzeichen mitteilen. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie einfache Gebärden in den Alltag integrieren und für die frühe Kommunikation mit Ihrem Kind nutzen können.
Zielgruppe: Eltern mit Kindern zwischen 6 und 24 Monaten

Es finden laufend Kurse statt. Bestehende Gruppenkurse, Workshops oder Themenstunden auf Anfrage.
Ort: Amselweg 6, Chur

Kosten: CHF 120 Anfänger- und Aufbaukurs: 6 x 45 Min.; CHF 25 pro Themenstunde • Leitung: Mirjam Busch, Dipl. Ergotherapeutin • Anmeldung: 081 353 74 65, busch@babySignal.ch, www.babySignal.ch

Geburtsvorbereitung im Wasser

Eine andere Art der Vorbereitung, egal wie Sie gebären möchten. Im warmen Wasser bekommen Sie eine spezielle Wahrnehmung Ihres Körpers, u.a. wird das Gewicht des Bauches teils vom Wasser getragen und damit der Rücken entlastet. Es ist ein idealer Ort zum Entspannen, den Atem zu spüren, abzutauchen, Zeit für sich und das Ungeborene zu geniessen. Es gibt einen kurzen theoretischen Teil sowie Platz für Fragen und den Austausch untereinander.
Zielgruppe: Schwangere ab der 26. Schwangerschaftswoche

Es finden laufend Kurse statt. 6 Abende, Mittwochs, 20 bis 21 Uhr.
Ort: Physioab, Kantonsspital Graubünden, Loestrassen 170, Chur

Kosten: CHF 200 für 6 Abende
Leitung: Priska Vetsch-Ludwig, dipl. Hebamme mit spez. Weiterbildung
Anmeldung: 081 353 23 69 hebamme@vetsch-ludwig.ch

Fit für die Schule

Mit gleichem Aufwand mehr erreichen. Tipps und Tricks aus der Kinesiologie zu den Themen Lernen und Prüfungen.
Zielpublikum: Eltern, Grosseltern, LehrerInnen, ErzieherInnen

Samstag, 27. Aug 2011: 1 Kurstag, 9.00 bis 11.30 Uhr
Ort: Chur

Kosten: CHF 60 (inkl. Unterlagen) • Leitung: Flurin Caviezel, dipl. Kinesiologie IKAMED, Instruktor Lern-Kinesiologie • Anmeldung: 079 708 20 25, info@koerperundgeist.org, www.koerperundgeist.org

Kleinkinder-Oase



Kleinkinder begegnen einander, spielen frei mit kreativen, natürlichen Spielsachen. Sie haben Zeit und Raum, sich zu entdecken, auszuprobieren, sich kennenzulernen, Vertrauen zu schöpfen und einfach zu sein. Die Mütter/Väter dürfen ihre Kinder beobachten, als Schutz und für die Geborgenheit da sein, neue Bekanntschaften machen, sich austauschen und Neues kennenlernen, es einfach geniessen.
Zielgruppe: Mütter/Väter mit Kindern zwischen 8 und 24 Monaten

Daten auf Anfrage. **Kurse im Herbst 2011 und März/April 2012** 7 x jeweils Dienstags 9.30 bis 11.00 Uhr
Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur

Kosten: CHF 140 • Leitung und Anmeldung: Stella Hassler-Julitta, Spielgruppenleiterin, 081 252 08 06, stella.hassler@bluewin.ch • Veranstalter: Forum Geburt, Herrengasse 4, 7000 Chur, 081 252 88 66, www.forum-geburt.ch

Still-Vorbereitungskurs La Leche League

Im La Leche League Vorbereitungskurs möchten wir mit Grundlageninformationen, Gesprächen und praktischen Tipps Sicherheit und Zuversicht im Stillen vermitteln. Inhalte: Vorbereitung und Stillstart, Brustmassage und Pflege der Brüste, Veränderungen in der Stillzeit, wie Schwierigkeiten überwunden werden können, was Sie wissen sollten. Es gibt einen kurzen theoretischen Teil und langjährige LLL-Stillberaterinnen stehen für Fragen zur Verfügung.
Zielgruppe: Werdende Eltern und alle Stillinteressierten

1.+2. Montag im Monat: 19.30 bis 21.30 Uhr
Ort: Sep und Nov 2011, Jan, März, und Mai 2012: Familienzentrum, Planaterra, Chur • Okt, Dez 2011, Feb, April, Juni 2012: Gemeindehaus, Küblis

Kosten: CHF 80 für beide Abende
Leitung: CHF 120 • La Leche League Mitglieder ½ Preis • Leitung: Margrit Schröthenthaler-Steiner, Stillberaterin La Leche League, Erwachsenenbildnerin SVEB • Veranstalter und Anmeldung: La Leche League Graubünden/Rheintal, Margrit Schröthenthaler-Steiner, 081 332 16 81 www.stillberatung.ch

Von Anfang an starkes Selbstwertgefühl

Familylab nach Jesper Juul



Ein gutes Selbstwertgefühl ist hilfreich, um mit anderen Menschen harmonische Beziehungen einzugehen. Deshalb ist es ein wichtiger Bestandteil, um sich als Mensch wohl zu fühlen. Als Eltern und Lehrpersonen können wir viel dazu beitragen, dass sich das Selbstwertgefühl des Kindes gesund entwickelt. Dies wird in einem Kurzvortrag mit anschließendem Dialog den Eltern und Interessierten aufgezeigt.
Zielgruppe: Eltern und Interessierte

1. Sep 2011: 20.00 bis 21.30 Uhr
Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur

Kosten: gratis für Vereinsmitglieder Elternbildung Graubünden, CHF 15 Nichtmitglieder • Referentin: Caroline Märki-von Zeerleder, Leiterin familylab.ch, Familiencoach
Anmeldung und Veranstaltung: Elternbildung Graubünden, 079 920 04 70 info@elternbildung-gr.ch

Das Zahnmännchen

Die richtige Zahnpflege beginnt beim Milchzahn. In den letzten vier Jahren wurde eine erschreckende Zunahme von schlechten und faulen Zähnen bei Kindern ab einhalb Jahren festgestellt. Auf was ist dies zurückzuführen? Das Ernährungsverhalten, aber auch das Ernährungsangebot hat sich verändert, Süßgetränke gibt es in allen Variationen und wird sogar noch als gesund angepriesen. Junge Eltern unterschätzen die Problematik Karies bei kleinen Kindern.
Zielgruppe: Spielgruppenleiterinnen und Interessierte

3. Sep 2011: 13.30 bis 16.30 Uhr
Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur

Kosten: CHF 20 • Leitung: Silvia Wapfler
Anmeldung: bis 27.8.11, seralina.jansen@bluewin.ch, 081 250 77 35 • Veranstalter: Fach- und Kontaktstelle für Spielgruppenleiterinnen Chur und Umgebung

Gordon Familientraining



Der altbewährte und noch immer topaktuelle Kommunikations- und Konfliktlösungskurs für alle Erziehenden: Wie gestalten wir den alltäglichen Umgang miteinander? Was brauchen die Kinder? Wie setzen die Eltern respektvoll Grenzen? Wie lösen wir Konflikte, damit alle zufrieden sind? Wie kommen wir gut durch Trotzphase oder Pubertät? Etc.
Zielgruppe: Eltern, Erziehende, Lehrpersonen

3. Sep – 5. Nov 2011: 8 Kurse, genaue Kursdaten auf Anfrage.
Ort: Pfarretreff Rägäböga, Gutenbergstrasse 3, Walenstadt SG

Kosten: CHF 520 (davon Material CHF 80)
Leitung: Lisa Senti Ackermann, Psychologin FSP, Erziehungswissenschaftlerin FA, Gordon-Kursleiterin, Mutter • Anmeldung: bis 20. Aug 2011 bei Lisa Senti, Staadweg 7, 8880 Walenstadt SG, 081 735 24 32, lisa.senti@gmx.ch

Gelderziehung praxisnah – Ein Kurs für Eltern

Um als Erwachsene finanziell unabhängig zu sein, braucht es Disziplin und Selbstverantwortung. Erweitertes Taschengeld und Jugendlohn sind Mittel auf diesem Weg. Sie erhalten Informationen und Tipps, um mit Jugendlichen Geldfragen zu klären, können sich in der Gruppe austauschen und bekommen Unterlagen mit Empfehlungen.

3. und 10. Sep 2011: 2 Kurse jeweils von 9.00 bis 12.30 Uhr
Ort: Hotel Chur, Welschdörfli 2, Chur

Kosten: CHF 150 • Leitung: Ruth Curschellas, Eltern- und Erwachsenenbildnerin • Anmeldung: 079 261 55 30, rcurschellas@gmx.net

Wenn Eltern trinken – Wir reden darüber

Auch Eltern mit Alkoholproblemen und deren PartnerInnen können gute Eltern sein. In einer Familie, in der ein Elternteil Alkoholprobleme hat, dreht sich alles um die Sucht. Auch für den nicht abhängigen Elternteil und die Kinder nimmt Alkohol viel Platz ein. Das Risiko, das betroffene Kinder später selbst eine Abhängigkeitskrankung entwickeln, ist hoch. Wenn Eltern jedoch rechtzeitig Hilfe annehmen, ist eine gesunde Entwicklung für die Kinder eher möglich.
Die Leiterinnen und die Teilnehmenden unterstützen der Schweigepflicht!
Zielgruppe: Betroffene und Bezugspersonen, Pflegeeltern, Erziehungsberechtigte

8. bis 22. Sep 2011: 3 Kurse Donnerstags von 19.00 bis 21.30 Uhr
Ort: Blaues Kreuz, Alexanderstrasse 42, Chur

Kosten: Gratis • Leitung: Ruth Curschellas, Fachfrau für Suchtfragen und Nathalie Jobé, Sozialarbeiterin FH, Kindergruppenleiterin Zwärgräben • Anmeldung: 081 252 43 37/41 Dienstag bis Freitag oder 079 261 55 30, beratung@blaueskrenz.gr.ch • Veranstalter: Blaues Kreuz Graubünden, 7000 Chur, Alexanderstrasse 42, www.blaueskrenz.gr.ch

Triple P – Positive Erziehung

«Triple P» steht für die drei Ps von «Positive Parenting Program», auf Deutsch: Positives Erziehungsprogramm, dessen Ziel es ist, die Kinder zu fördern. Das bewährte Erziehungskonzept unterstützt Eltern bei der Kindererziehung und baut dabei auf den Stärken der Familie auf. Meistens sind nur wenige Veränderungen im Familienalltag erforderlich.
Zielgruppe: Eltern mit 2- bis 12-jährigen Kindern

9./16./30. Sep/7. Okt 2011, Freitags: 4 Kurse abends, Freitags 19.30 bis 21.30 Uhr, Beginn erster Kursabend um 20 Uhr • **Ort:** Heilpädagogischer Dienst Chur

Kosten: CHF 240 pro Person, CHF 360 pro Elternpaar, CHF 38.50 Arbeitsbuch
Leitung und Leitung: für Psychotherapeutin, lic. phil. Fachpsychologie für Psychotherapie, Giacometti, 100, 7000 Chur • Anmeldung: 081 253 56 93, g.d.simeon@bluewin.ch, www.triplep.ch

Stilltreff der La Leche League



Eingeladen sind werdende und stillende Mütter mit ihren Kindern und Partnern, sowie alle am Thema interessierten Personen. Unter der Leitung der Stillberaterinnen werden Erfahrungen und fundiertes Fachwissen ausgetauscht und diskutiert.

2011 Dienstags 13. Sep/8. Nov/13. Dez: alle Daten 14 bis 16 Uhr
Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur

Kosten: gratis • Leitung: Leitende Stillberaterinnen: Daniela Auer, Joos, 081 250 67 77; Miriam Pichlbauer, 081 651 08 71; Romana Raguth Tscherner, 081 655 23 81; Romana Wieland, 081 284 38 14 • Anmeldung: Bitte telefonisch • Veranstalter: La Leche League Schweiz, Region Graubünden

Nothilfe beim Kleinkind und Jugendlichen

Sie lernen in diesem Kurs Erste Hilfe beim kleinen Kind und beim Jugendlichen. Zusätzlich erlernen Sie die CPR (Cardio-pulmonale-Reanimation) / BLS (Lebensrettende Basismaßnahmen) – AED (Automatische externe Defibrillation).
Zielgruppe: Eltern, KindergärtnerInnen, HeimleiterInnen, ältere Geschwister, Interessierte

13. bis 16. Sep 2011: Dienstag bis Freitag 4 Kursabende jeweils von 19.00 bis 21.15 Uhr
Ort: Kurslokal Samariterverein Igis/Landquart

Kosten: CHF 140 • Leitung: Hermann Künin TKL/SSB – SRK Anmeldung: 079 471 79 84
Anmeldung: Samariterverein Igis/Landquart, samosos-hermi@bluewin.ch, www.samariter-igislandquart.ch

Pubertät: Krankheit oder Herausforderung

Was bedeutet eigentlich «Pubertät»? Was ändert sich für pubertierende Jugendliche genau? Und was ändert sich für die Eltern? Wie können Erzieher Dauerdiskussionen vermeiden, indem sie liebevoll Ansprecherpartner bleiben und doch klare Grenzen setzen? Ideen aus der Entwicklungspsychologie wie auch der Erziehungsaustausch bringen uns in der Bewältigung von Alltagsfragen im Leben mit Teenagern ein paar Schritte weiter.
Zielgruppe: Teenager-Eltern

14., 21., 28. Sep 2011: Mittwochs, 3 Kursabende von 20 bis 22 Uhr
Ort: Konvikt, Arosastrasse 32, Chur

Kosten: CHF 150 • Leitung: Jan Laperre, lic. phil., Pädagoge, Sexologe, Lehrer Bündner Kantonschule • Veranstalter und Anmeldung: Jan Laperre, Arosastrasse 32, 7000 Chur, 079 307 54 39, jan.laperre@gmx.ch

Genuss oder Sucht? Abhängigkeit hat viele Gesichter

Das ABC psychotroper Substanzen (Drogen) und deren Wirkung • Rückblick auf die offene Drogenszene der Schweiz in den 80-er und 90-er Jahren • Verschiedene Abhängigkeitsstadien vom Genuss zur Sucht • Ziele: Wissen über die verantwortlichen Substanzen erlangen • Lernen, woran Sucht erkennbar sein kann und welche Behandlungsmöglichkeiten existieren • Kennen von Fachstellen in der Stadt Chur und Umgebung
Zielgruppe: Eltern, PartnerInnen, Angehörige von Jugendlichen und Interessierte

Donnerstag, 25. Sep 2011: 19.30 bis 22 Uhr
Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur

Kosten: CHF 20 • Leitung: Margrith Meier-Kessler, Suchtexpertin MAS und René Schuhmacher, Verantwortlicher für Prävention und Sicherheit Kantonspolizei Graubünden Veranstalter und Anmeldung: Elternbildung Graubünden, 079 920 04 70 info@elternbildung-gr.ch

Gute Kost für fitte Köpfe

Brainfood für Schulkinder / Zusatzstoffe in Kindernahrungsmitteln

Brainfood für Schulkinder: Intelligenz kann man nicht mit Löffeln essen, aber durch eine clevere Auswahl der Nahrungsmittel wird das Gehirn leistungsfähiger. • **Zusatzstoffe in Kindernahrungsmitteln:** Welche bedenklischen Zusatzstoffe befinden sich in Kindernahrungsmitteln?
Zielgruppe: Eltern von Schulkindern

20. und 27. Sep 2011: Dienstags, 2 Abende 19.30 bis 21.30 Uhr
Ort: Kantonsschule, Sargans SG

Kosten: CHF 80 • Leitung: Renate Schmid, Ernährungswissenschaftlerin SHS • Veranstalter und Anmeldung: Erwerbenseinbildung Sarganserland, 7320 Sargans, 081 710 03 71 www.eb-sarganserland.ch

Elterliche Autorität ohne Gewalt – Alternative Interventionen

Früher war der Gehorsam von Kindern gegenüber Erwachsenen ein wichtiges Anliegen in der Erziehung. Die Eltern erzwingen ihn wenn nötig mit körperlicher Züchtigung. Heute ist bekannt, dass die Anwendung von Gewalt in der Familie verheerende Folgen haben kann. • Ziele: Grundlagen über Macht-Ohnmacht-Spiralen im Erziehungsalltag kennen • Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit stärken • Alternative Interventionen zur Gewaltanwendung kennenlernen.
Zielgruppe: Pflegeeltern, Adoptiv Eltern und Fachpersonen

Freitag, 23. Sep 2011: 9.15 bis 17.00 Uhr
Ort: Platanhof, Kantonstrasse 17, Landquart

Kosten: CHF 120 Einzelperson; CHF 180 Elternpaar • Leitung: Dr. phil. Andrea Schedle, Fachpsychologin FSP für Psychotherapie und für Kinder- und Jugendpsychologie • Veranstalter und Anmeldung: Pflegekinder-Aktion Schweiz, Bederstr. 105a, 8002 Zürich, 044 205 50 40, info@pflegekinder.ch, www.pflegekinder.ch

Abenteuer Sprachentwicklung



Wir lernen die Zusammenhänge zwischen Entwicklung und Sprachentwicklung bei unserem Kindes kennen. • Wir erkennen, wie wir unser Kind bei der Entfaltung seiner Fähigkeiten unterstützen. • Wir setzen uns mit den möglichen Störfaktoren der Sprachentwicklung auseinander. • Wir werden bei Schwierigkeiten handlungsfähig.
Zielgruppe: alle, die viel mit Kleinkindern zu tun haben

Freitag, 23. Sep 2011 oder 23. März 2012: 20 bis 22 Uhr
Ort: Hotel Chur, Welschdörfli 2, Chur

Kosten: CHF 35 Einzelperson, CHF 60 Elternpaar • Leitung und Anmeldung: Anke Schuler Pitschmann, Logopädin, Coach/Supervisorin, spezialisiert auf die (Sprach-)Entwicklung des Kleinkindes, Sägereistrasse 6, 7208 Malans, 081 322 99 03, apitschmann@bluewin.ch

Kinesiologie in der Familie Hintergründe für die Anwendung der Kinesiologie in der Familie. Übungen und Tipps zu den Themen Schule, Konflikte und Gesundheit. Zielgruppe: Eltern und Erziehende	Samstag, 24. Sep 2011: 9.00 bis 11.30 Uhr Ort: Chur	Kosten: CHF 60 inkl. Unterlagen • Leitung: Flurin Caviezel, dipl. Kinesiologe IKAMED, Instruktor Lern-Kinesiologie • Anmeldung: 079 708 20 25 • info@koerperundgeist.org
Gelderziehung praxisnah – Ein Kurs für Eltern Details siehe Kurs vom 3. Sep 2011	24. Sep und 1. Okt 2011: 9.00 bis 12.30 Uhr	Kosten: CHF 150
PEKiP® Spielerische Sinnes- und Bewegungsanregungen für das Baby im ersten Lebensjahr		
Das Prager-Eltern-Kind-Programm ist ein Konzept für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im ersten Lebensjahr. PEKiP® unterstützt Eltern und Babys im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens; hilft, das Baby in seiner momentanen Situation und seiner Entwicklung wahrzunehmen, zu begleiten und zu fördern; stärkt die Beziehung zwischen Baby und Eltern. Im Mittelpunkt stehen die PEKiP® - Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen für Eltern und Kinder. Generationsübergreifend sind Eltern und Kinder in der Gruppe gemeinsam spielend tätig. Zielgruppe: Babys ab der 8. Lebenswoche und während des 1. Lebensjahres	Dienstag, 27. Sep bis 29. Nov 2011: 8 Kurse jeweils von 9.00 bis 10.30 Uhr Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur	Kosten: CHF 240 • Leitung: Helene Steffen, PEKiP®-Gruppenleiterin, Team- + Kursleiterin • Anmeldung: 081 252 56 67 Veranstalter: Helene Steffen, babybadesspass, 7000 Chur www.babybewegungsspass.ch www.pekip.ch 
Baby-Shiatsu – das besondere Erlebnis für Baby und Eltern  Shiatsu unterstützt die Bewegungs- und Wahrnehmungsentwicklung. Hilfreich bei Schlafstörungen, Blähungen, Zahnen etc. Es kann selbst erlernt und zuhause umgesetzt werden. Vertieft den Kontakt und stärkt die Bindung von Eltern und Kindern. Zielgruppe: Eltern mit Babys	25. Okt. 1./8./15. Nov 2011: 4 Kurstage Dienstags, 15.00 bis 16.15 Uhr (ohne Pause) • Ort: Pfarreizentrum Landquart	Kosten: CHF 185 • Leitung: Heike Einhorn, Dipl. Physiotherapeutin und dipl. Shiatsu-Therapeutin • Anmeldung: Fränzi Vils, 081 544 52 23, kurswesen@fvigis.ch • Veranstalter: Frauenverein Igis und Landquart, www.fvigis.ch
Die Brüllfalle		
Muss ich immer erst laut werden? – Wege aus der Brüllfalle; Vortrag mit Film		
Warum hört mein Kind nicht auf mich? Muss ich alles drei Mal sagen? Wenn Eltern sich durchsetzen müssen, stellen sie sich häufig diese Fragen. Heikle Situationen in der Familie sind eine tägliche Herausforderung. Wer nicht brüllen oder drohen möchte, ist oft ratlos. Anhand des Films «Die Brüllfalle» von Wilfried Brüning werden Lösungen aufgezeigt, wie Eltern den Erziehungsalltag meistern können, ohne laut werden zu müssen. Zielgruppe: Eltern mit Kleinkindern	Dienstag, 25. Okt 2011: 20 bis 22 Uhr Ort: Hotel Chur, Welschdörfli 2, Chur	Kosten: CHF 35 • Leitung: Anna Flury Sörgo, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Supervisorin / Coach BSO • Veranstalter und Anmeldung: Elternbildung Graubünden, 079 920 04 70, info@elternbildung-gr.ch www.beziehungsweise.ch
Bewegte Kinder		
Während der kalten Jahreszeit sind wir oft zu Hause, dabei geht wertvolle Bewegungszeit verloren. Hier können sich die Kinder frei austoben, dabei soziale Kontakte pflegen und voneinander lernen. Bei Fragen zur Bewegungsentwicklung steht die Kursleiterin gerne zur Verfügung. Zielgruppe: 0- bis 4-jährige Kinder in Begleitung einer Bezugsperson	Mittwoch, 26. Okt 2011 bis 11. Apr 2012: jeweils von 14.30 bis 16.00 Uhr, ausgenommen Schulferien Ort: Turnhalle in Chur	Kosten: CHF 110 • Leitung: Michaela Henny-Battaglia, dipl. Bewegungspädagogin BGB Anmeldung: 081 250 49 79 • Veranstalter: Michaela Henny-Battaglia, Bündtstrasse 9, 7000 Chur
Damit die Liebe bleibt – Kommunikationskurs für Paare		
Der siebenteilige Kurs gibt Paaren einfache Regeln zur Hand, mit deren Hilfe sie Ihre Erwartungen an die Beziehung und Ihre Vorstellungen von einem guten Zusammenleben konstruktiv klären können. Nähere Angaben auch unter www.epl-kek.ch. Zielgruppe: Paare, die innerhalb eines erweiterten Gesprächstrainings auch ihre gemeinsame Geschichte in den Blick nehmen wollen www.paarberatung-graubuenden.ch	Ab 26. Okt 2011: 7 Abende, Mittwochs, 19 bis 22 Uhr • Ort: Beratungsstelle für Lebens- und Partnerschaftsfragen, Bahnhofstrasse 20, Chur, www.epl-kek.ch	Kosten: CHF 250 / 350 / 450 pro Paar je nach finanz. Möglichkeiten • Leitung: Thomas Mory, Theologe, Individualpsychologe, KEK-Trainer; Christa Schmidmeister, Lehrerin, KEK-Trainerin • Anmeldung: Beratungsstelle für Lebens- und Partnerschaftsfragen, Bahnhofstrasse 20, 7000 Chur, 081 252 33 77 beratung-chur@gr-ref.ch
Kommunikationswerkstatt für Paare		
Diese Werkstatt vermittelt neue Grundlagen der Kommunikation in der Partnerschaft. Mann und Frau lernen konkrete Leitlinien und Techniken dazu kennen. Zielgruppe: Paare, die seit mindestens einem Jahr gemeinsam unterwegs sind. Die Werkstatt hat eine christliche Ausrichtung und richtet sich an Ehepaare aller Konfessionen, aber auch an Paare ohne religiösen Hintergrund.	4. bis 6. Nov 2011: 19.30 bis ca. 16.30 Uhr Ort: Swiss Heidi Hotel, Werkhofstrasse 1, 7304 Maienfeld	Kosten: CHF 80 pro Paar • Leitung: Cothea und Martin Schär, Sozialpädagogen, Coach/Supervisorin BSO • Anmeldung und Veranstalter: Begegnung in der Ehe, bide, Steigstr. 5, 7304 Maienfeld, 081 330 76 50, info@bide.ch, www.bide.ch
Ausbildung zur Spielgruppenleiterin – Grundkurs		
Der Grundkurs lehrt das Basiswissen, um eine Spielgruppe aufzubauen und zu leiten und ist eine Hilfe für den Erziehungsalltag mit kleinen Kindern. An insgesamt 13 Samstagen werden Themen wie kindliche Entwicklung, Kommunikation, Erziehungsstile, Geschwisterreihe, Kreativität, Umgang und Auswahl von Bilderbüchern unterrichtet. Die pädagogischen Themen werden lebensnah und mit vielen praktischen Beispielen vermittelt. Zielgruppe: Mütter und Väter kleiner Kinder; angehende Spielgruppenleiterinnen; Tagesmütter, welche Kinder zwischen drei und fünf Jahren begleiten	Samstags, 5. Nov 2011 bis 19. Jan 2013: 13 Kurstage jeweils von 9 bis 17 Uhr; jeweils abends Do 27. Okt 2011 19.00 bis 21.15 Uhr. Kursdetails bitte anfragen! • Ort: Gewerbeschule Chur, Scalettastrasse 33, Chur	Kosten: CHF 1580 + CHF 240 für Bücher/Kursunterlagen • Leitung: Kompetente und erfahrene Kursleiterinnen in den Bereichen Spielgruppe und Erwachsenenbildung. • Anmeldung: Nadine Krättli, Kursorganisatorin Region Chur, 081 413 70 44 oder 078 741 96 36 nkrattli@sunrise.ch, www.spielgruppe.ch
Kinesiologie in der Familie		
Details siehe Kurs vom 24. Sep 2011	5. Nov 2011: 9.00 bis 11.30 Uhr	Kosten: CHF 60
Und wir dachten, wir bleiben ein Leben lang zusammen ...		
Eine Kursreihe für Menschen in Trennung und Scheidung. Menschen, die vor dem Scherbenhaufen einer gescheiterten Beziehung stehen, sehen Ihren Lebensentwurf und sich selbst in Frage gestellt. Die Trennung vom Partner, von der Partnerin ist ein tiefer Einschnitt. Zwischen Hoffen, Trauern, Kränkung, Wut, Zukunftsangst, Kraftlosigkeit und Energie muss ein Weg gesucht werden. In Familien müssen Verantwortlichkeiten neu geregelt und weitreichende Entscheidungen gefällt werden. Die Kursreihe bietet Information, gibt Orientierung zu rechtlichen Fragen, ermöglicht persönliches Weiterkommen. Zielgruppe: Menschen in Trennung und Scheidung	7. Nov bis 12. Dez 2011: 19.00 bis 21.30 Uhr 6 Abende jeweils Montags Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur	Kosten: CHF 120 für die ganze Kursreihe Leitung: Arno Arquint, Thomas Mory, Rahel Marugg • Anmeldung: Fachstelle Erwachsenenbildung, Welschdörfli 2, 7000 Chur, 079 815 80 17 • Veranstalter: Evangelisch-reformierte Landeskirche Graubünden, www.gr-ref.ch und Katholische Landeskirche Graubünden, www.gr.kath.ch
Sie bringen mich auf die Palme – Erziehen ist manchmal (k)ein Kinderspiel!		
Manche Kinder haben besondere Bedürfnisse. Ihre Erziehung stellt Eltern vor spezielle Herausforderungen. Mit grosser Sicherheit treffen sie die Eltern immer wieder am schwächsten Punkt. Gleichzeitig sind sie selber empfindlich und sehr leicht verletzbar. Fast alle Eltern fühlen sich durch die direkte und impulsive Reaktionsweise dieser Kinder immer wieder überfordert. An diesem Abend geht es um ein verbessertes Verständnis für Kinder mit besonderen Bedürfnissen und um die Diskussion von bewährten Erziehungsstrategien. Zielgruppe: Eltern	8. Nov 2011: 20 bis 22 Uhr Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur	Kosten: CHF 35 • Leitung: Anna Flury Sörgo, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Supervisorin / Coach BSO • Veranstalter und Anmeldung: Elternbildung Graubünden, 079 920 04 70, info@elternbildung-gr.ch
Facebook, You Tube, iPod und Co.		
Umgang mit Medien im Erziehungsalltag		
Wie beeinflussen Medien unsere Kinder? Was gibt es überhaupt auf dem Markt? Wie können wir unsere Kinder mit Freude und Interesse in ihrem Medienkonsum begleiten, fördern oder auch Grenzen aufzeigen? Zielgruppe: Eltern, auch geeignet für «Computer- und Handybanausen»!	9., 16. und 23. Nov 2011: 20 bis 22 Uhr Ort: Konvikt, Arosastrasse 32, Chur	Kosten: CHF 175 • Leitung: Jan Laperre, lic. phil., Pädagoge, Sexologe, Lehrer Bündner Kantonschule: Co-Leitung Daniel Hosmann Veranstalter und Anmeldung: Jan Laperre, Arosastrasse 32, 7000 Chur, 079 307 54 39, jan.laperre@gmx.ch
Tipps und Tricks rund ums Lernen		
Gib einem Hungernden einen Fisch und er wird satt. Lehre ihn fischen und er wird nie wieder hungern. In diesem Kurs gibt es keine Fische, aber eine Rute und ein paar Köder - finden Sie selbst heraus, an welchen Ihr Kind anbeisst! Unkompliziert und lebensnah spielen wir zusammen einige Lernprozesse durch und erfahren, was Ihnen Kinder hilft, Lerninhalte aufzunehmen und zu behalten. Zielgruppe: Eltern schulpflichtiger Kinder im Alter von 6 bis 16 Jahren	Dienstag, 15. Nov 2011: 20 bis 22 Uhr Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur	Kosten: CHF 20 • Leitung: Res Rau, Schulercher Heilpädagogin, Quarten • Veranstalter und Anmeldung: Elternbildung Graubünden, 079 920 04 70, info@elternbildung-gr.ch
Das Zweimal Eins der Liebe – °paarlife		
Die teilnehmenden Paare trainieren im Kurs drei grundlegende Kompetenzen zur Pflege ihrer Beziehung: • Sich als Paar in Stresssituationen gegenseitig zu unterstützen • Die Grundregeln einer angemessenen Kommunikation praktisch anzuwenden • Alltagsprobleme zu lösen Zielgruppe: Paare, die heiraten möchten; frisch verheiratete Paare; Paare in längerer Partnerschaft, die etwas für Ihre Beziehung tun möchten	19./20. Nov 2011: 10.00 bis 15.30 Uhr Ort: Haus der Begegnung, Klosterweg 16, 7130 Ilanz Information: Melanie Bischofberger, 078 678 38 82	Kosten: CHF 280 für beide Tage • Leitung: Dr. Hans-Peter Dür, Paartherapeut; Angelika Müller, Gestaltungstherapeutin, Paarlife-Trainerin; Melanie Bischofberger, Familienmediatorin, Paarlife-Trainerin • Anmeldung: Haus der Begegnung, 7130 Ilanz, 081 926 95 40, www.hausderbegegnung.ch
LiebesElternPaar		
Das Liebeswochenende für Eltern, die wieder Paar sein wollen. Erfahren Sie, wie man die Paarliebe über den Weg der Körpersinne im Zentrum der Beziehung hält. Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage www.paare.ch oder bei Kristina Pfister unter 044 860 04 84. Zielgruppe: Eltern	19. und 20. Nov 2011: 11 bis 16 Uhr Ort: Hotel Heiden, 9410 Heiden	Kosten: 450 pro Paar für das Seminarwochenende. • Leitung: Kristina Pfister, Elternbildnerin, Paar- und Sexualtherapeutin, Claude Jaermann, Autor und Seminarleiter • Veranstalter und Anmeldung: Seminare für Paare, Rumstalstrasse 49, 8408 Winterthur, info@paare.ch, www.paare.ch
Familienstellen		
An diesen 2 Abenden beleuchten wir Dynamiken und Themen in Partnerschaft und Familie aus der Sicht der systemischen Familientherapie. Theoretisch und anhand von praktischen Übungen macht diese Arbeit auf einfache Weise sichtbar, welche Strukturen uns als Paar, als Eltern und als Kinder stärken und was uns schwächt und belastet. Zielgruppe: Paare, Eltern und Interessierte	23. und 30. Nov 2011 Mittwochs, 2 Abende 20 bis 22 Uhr Ort: Pavillon Calanda, Calandastrasse 56, Chur	Kosten: CHF 80 für beide Abende • Leitung: Helga Sieber, Einzel- und Paarberatung, systemische Familientherapie • Anmeldung: Helga Sieber, Scalärstrasse 11, 7000 Chur 081 252 39 38, info@sieber-baechler.ch www.sieber-baechler.ch
PEKiP® Spielerische Sinnes- und Bewegungsanregungen für das Baby im ersten Lebensjahr		
Details siehe Kurs vom 27. Sep 2011	Jan, März und Sep 2012: 9.00 bis 10.30 Uhr	Kosten: CHF 240 
Stilltreffen der La Leche League		
Details siehe Kurs vom 13. Sep 2011	 2012 Donnerstags, 12. Jan/9. Feb/8. März/12. April/10. Mai/14. Juni/13. Sep/4. Okt/8. Nov/13. Dez: alle Daten 14 bis 16 Uhr	Kosten: gratis
Wenn Eltern trinken – Wir reden darüber		
Details siehe Kurs vom 8. Sep 2011	12./19./26. Jan 2012: 19.00 bis 21.30 Uhr	Kosten: gratis
Gelderziehung praxisnah – Ein Kurs für Eltern		
Details siehe Kurs vom 3. Sep 2011	14. und 21. Jan 2012: 9.00 bis 12.30 Uhr	Kosten: CHF 150
Fit für die Schule		
Details siehe Kurs vom 27. Aug 2011	21. Jan 2012: 9.00 bis 11.30 Uhr	Kosten: CHF 60 (inkl. Unterlagen)
Ausbildung zur Spielgruppenleiterin (empfohlen durch den SSLV, schweiz. SpielgruppenleiterInnen Verband)		
Diese Ausbildung befähigt, eine Spielgruppe von Grund auf aufzubauen und zu leiten. Es werden die wichtigsten Themen dazu unterrichtet, z.B. Kreativität und Entwicklung des Kindes bis Kindergarten Eintritt, Sinneswahrnehmung, Werte im Wandel, Rituale und Feste, Elternarbeit, Bilderbücher, Geschwisterkonstellation, Kinderzeichnungen usw. Zielgruppe: Angehende SpielgruppenleiterInnen, Tagesmütter, Eltern und alle Erziehenden, die mit Kleinkindern zu tun haben	25. Jan bis 1. Dez 2012: Ort: Spielgruppe, Vilters-Wangs	Kosten: CHF 1540 inkl. Kursdokumentation, Fachliteratur, Werkmaterial • Leitung: Danyela Kid, Ausbilderin FA, Supervisorin, Erziehungsberaterin • Veranstalter und Anmeldung: ausbildung kid, Veltiserstrasse 29, 8872 Weesen, 055 616 12 16, dialog@ausbildung-kid.ch, www.ausbildung-kid.ch
Die Brüllfalle 2. Teil – Auffrischkurs		
Wie hat sich Ihr Familienalltag seit Ihrem Kursbesuch verändert? Welche neuen Lösungen haben sich bei Ihnen bewährt? Wie sind Sie für Ihre Kinder präsent? Ziel sind neue Inputs für Ihren Erziehungsalltag und mehr Sicherheit in Ihrer Rolle als Eltern. Der Film «Die Brüllfalle» von Wilfried Brüning wird für Interessierte um 19 Uhr nochmals gezeigt – Kursbeginn ist 20 Uhr. Zielgruppe: Eltern, die bereits den Kurs «Die Brüllfalle» besucht haben und sich noch eingehender mit dem Thema befassen und persönliche «Alltags-Fallen» besprechen möchten	25. Jan 2012: 20 bis 22 Uhr Film als Einstiege, fakultativ von 19 bis 20 Uhr (Bitte Vermerk bei der Anmeldung) • Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur	Kosten: CHF 35 • Leitung: Anna Flury Sörgo, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP Supervisorin und Coach BSO • Veranstalter und Anmeldung: Elternbildung Graubünden, 079 920 04 70, info@elternbildung-gr.ch www.beziehungsweise.ch
Pubertät: Krankheit oder Herausforderung		
Details siehe Kurs vom 14. Sep 2011	1., 8. und 15. Feb 2012: 20 bis 22 Uhr	Kosten: CHF 150
Entspannt vom Babybrei zum Familientisch		
Was ist eine ausgewogene Kinderernährung? Wie schaffen wir es, unser Kind vollwertig und mit Fischprodukten zu ernähren? Was mache ich mit Kindern, die kein Gemüse essen wollen? Spezielle Kindernahrungsmittel werden kritisch betrachtet und es werden einfache Rezepte abgegeben. Zielgruppe: Eltern von Kleinkindern	13. März 2012: Dienstag, 19 bis 21 Uhr Ort: Pfarreizentrum, Igis-Landquart	Kosten: Auf Anfrage • Leitung: Renate Schmid, Ernährungsberaterin SHS • Anmeldung: Fränzi Vils, 081 544 52 23, kurswesen@fvigis.ch Veranstalter: Frauenverein Igis und Landquart, www.fvigis.ch, www.ganzheitlichessen.ch
Facebook, You Tube, iPod und Co.		
Umgang mit Medien im Erziehungsalltag		
Details siehe Kurs vom 9. Nov 2011	14., 21. u. 28. März 2012: 20 bis 22 Uhr	Kosten: CHF 175
Die Brüllfalle		
Muss ich immer erst laut werden? – Wege aus der Brüllfalle; Vortrag mit Film		
Warum hört mein Kind nicht auf mich? Muss ich alles drei Mal sagen? Wenn Eltern sich durchsetzen müssen, stellen sie sich häufig diese Fragen. Heikle Situationen in der Familie sind eine tägliche Herausforderung. Wer nicht brüllen oder drohen möchte, ist oft ratlos. Anhand des Films «Die Brüllfalle» von Wilfried Brüning werden Lösungen aufgezeigt, wie Eltern den Erziehungsalltag meistern können, ohne laut werden zu müssen. Zielgruppe: Eltern mit Kleinkindern	21. März 2012: 20 bis 22 Uhr Ort: Casa Cumin, 7130 Ilanz	Kosten: gratis • Leitung: Anna Flury Sörgo, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Supervisorin / Coach BSO • Veranstalter und Anmeldung: Mütter- und Väterberatung Surselva, 7130 Ilanz, Schulstrasse 6, 081 925 17 95, mvb.surselva@kns.ch www.muetterberatung.ch/gr
Abenteurer Sprachentwicklung		
Details siehe Kurs vom 23. Sep 2011	Freitag, 23. März 2012: 20 bis 22 Uhr	Kosten: CHF 35 Einzelperson, CHF 60 Elternpaar
Kinesiologie in der Familie		
Details siehe Kurs vom 24. Sep 2011	24. März 2012: 9.00 bis 11.30 Uhr	Kosten: CHF 60
Mut zur Erziehung – wie Kinder zu achtsamen Menschen werden		
Kreativer Umgang mit Kindern. Neue Ansätze in der Erziehung. Wir nehmen Kommunikation unter die Lupe. Erziehung beginnt mit der Geburt – wir planen einen guten Start! • Erste Zeit – Prägungszeit, was heisst das? • Sensible Phasen • Eigenen Muster überdenken – Rollenverhalten • Wie lernen Kinder? Was verstehen sie? • Grenzen – kreativ und nicht reaktiv • Lösungs- und nicht fehlerorientiert • Strafen oder Belohnen? • Streitende Kinder • und vieles mehr! Zielgruppe: Eltern und alle, die mit Kindern zu tun haben	24./25. März 2012: 9 bis 17 Uhr Ort: Chur	Kosten: CHF 280, Paare: CHF 460 • Leitung: Rita Messmer, Autorin, Pädagogin, Erwachsenenbildnerin SVEB, Cranio-Sacral-Therapeutin Anmeldung: Rita Messmer: 026 493 01 85, info@rita-messmer.ch, www.rita-messmer.ch
Das Zweimal Eins der Liebe – °paarlife		
Details siehe Kurs vom 19. Nov 2011	31. März und 1. April 2012: 17. und 18. Nov 2012: 10.00 bis 15.30 Uhr	Kosten: CHF 280 für beide Tage
Wenn Eltern trinken – Wir reden darüber		
Details siehe Kurs vom 8. Sep 2011	12., 19. Apr und 10. Mai 7., 13. und 19. Sep 8., 15. und 22. Nov 2012: 19.00 bis 21.30 Uhr	Kosten: gratis
Die Brüllfalle		
Details siehe Kurs vom 25. Okt 2011	9. Mai 2012: 19.30 bis 22 Uhr Ort: Familienzentrum Planaterra, Chur	Kosten: CHF 35
Kommunikationswerkstatt für Paare		
Details siehe Kurs vom 4. Nov 2011	8. bis 10. Juni 2012: 9. bis 11. Nov 2012: 19.30 bis ca. 16.30 Uhr	Kosten: CHF 80 pro Paar
Fit für die Schule		
Details siehe Kurs vom 27. Aug 2011	11. Aug 2012: 9.00 bis 11.30 Uhr	Kosten: CHF 60