





Herzlich willkommen im Familienzentrum Winterthur

Öffnungszeiten Familienzentrum

Montag 09.00 - 11.30 Uhr / 14.30 - 17.00 Uhr

 Dienstag
 09.00 – 11.30 Uhr

 Mittwoch
 09.00 – 11.30 Uhr

 Donnerstag
 09.00 – 11.30 Uhr

 Freitag
 09.00 – 11.30 Uhr

Wochenende und Feiertags geschlossen

Anschrift

Familienzentrum Winterthur St. Gallerstrasse 50 8400 Winterthur

Tel. 052 212 15 12 (während der Öffnungszeiten)

Wir sind auch online erreichbar:

www.familienzentrum-winterthur.ch info@familienzentrum-winterthur.ch www.facebook.com/famze

Impressum

Redaktion: Lena Wierzbicki
Inserate: Rosa Martin
Layout: Tomi Schaltegger
Titelbild: Tomi Schaltegger
Druck: medienwerkstatt

Druck: medienwerkstatt ag, steinackerstrasse 8, 8583 sulgen

Auflage: 2000 Stück, erscheint zwei Mal jährlich (Redaktionsschluss: 15.4. & 15.10.)

Herzlich willkommen im Familienzentrum Winterthur	3
Öffnungszeiten	
Anschrift	3
Inhaltsverzeichnis	4
Allgemeine Informationen	6
Lageplan Familienzentrum Winterthur	6
Das Familienzentrum Winterthur	7
Familienfreundliche Cafeteria	7
Betreutes Spielzimmer	7
Kinderhütedienst	7
Kursprogramm	7
Ehrenamtliche Mitarbeit	8
Mitgliedschaft	8
Spenden	
Inserate	
Vermietung der Familienzentrum-Räume	
Ferien im Familienzentrum	
Das Team im Familienzentrum Winterthur	10
In eigener Sache	
Wir suchen dich!	11
Kinderkleider- und Spielsachenbörse	12
Angebote	
Kreative Werkstatt für kleine Kinder	
Geschichtenkiste	
Elki-Singen und Kindertanz	
Offene Baby Krabbelgruppe	
«Multi-Kulti» – der interkulturelle Frauentreff	
Offenes Tragecafé	
Eltern-Kind-Turnen	
Erziehungsberatung	
Elterncoaching	
Familiencafé der Mütter- & Väterberatung kjz Winterthur	
Mütter- und Väterberatung	
Vätertreff	25

Elki Programm – Das Angebot für Eltern mit ihren Kindern gemeinsam	27
Unsere Kursleiter:innen	28
Kurse	29
Werdende Geschwister begleiten	
Rückbildungsgymnastik	
Stärke deine innere Kraft! – Selbstbehauptungs- und Resilienztraining	31
PEKiP®, Babys 2 bis 4 Monate	32
PEKiP®, Babys 5 bis 8 Monate	33
Spracherwerb bei Mehrsprachigkeit –	
Ab wann hat ein Kind eine Sprachentwicklungsstörung?	
Von Frauen für Frauen – An deiner Seite, in jeder Lebensphase	35
Stärke deine innere Kraft! – Selbstbehauptungs- und Resilienztraining	
Eltern-Informationsabend online: Resilienz – so stärke ich mein Kind	
Digitale Balance in der Familie	39
Onlinekurse	42
Famze meets Maren Tromm	42
Hört endlich auf zu streiten!! Wie du gelassen Lösungen (er-) findest	
Pubertät ist, wenn Eltern und Schule mühsam werden	42
Umgang mit Frust und Niederlagen ist lernbar – Glück und Freude auch	43
Gelassen die Wackelzahnpubertät meistern	
Eltern als Paar – Duett oder Duell?	44
SELBSTLERNKURS – Schluss mit Schmipfen	44
Teilnahmebedingungen Kurse Familienzentrum	46

Lageplan Familienzentrum Winterthur



Familienzentrum Winterthur St. Gallerstrasse 50, 8400 Winterthur Tel. 052 212 15 12 (während der Öffnungszeiten) www.familienzentrum-winterthur.ch, info@familienzentrum-winterthur.ch

Das Familienzentrum Winterthur befindet sich im **Sidiareal** an der St. Gallerstrasse 50 im Erdgeschoss (gelbes Haus bei der Kreuzung). Der Kinderwagenparkplatz ist per Lift im Untergeschoss erreichbar.

Sie erreichen uns per:

ÖV: Bus Nr. 3, 5, 7 (Pflanzschulstrasse),

Bus Nr. 2 (Fotozentrum), Bus Nr. 1 (Palmstrasse).

Velo/zu Fuss: Vom Bahnhof durch Altstadt, in Seidenstrasse, rechts in Palmstrasse bis St. Gallerstrasse.

Auto: Blaue Zone in der Umgebung, Parkhaus Zentrum Deutweg.

Das Familienzentrum Winterthur

Das Familienzentrum Winterthur ist ein offener Begegnungsort für alle Mütter, Väter und Betreuungspersonen mit Kindern im Alter von 0 bis 5 Jahren. Ein Besuch im Familienzentrum kostet 3 CHF pro Kind (unabhängig vom Alter und Dauer des Besuchs). Für Mitglieder und KulturLegi-Inhaber:innen entfällt diese Gebühr.

Familienfreundliche Cafeteria

In unserer stilvoll eingerichteten Cafeteria mit leckerem Angebot können Sie sich ausruhen, neue Kontakte knüpfen, sich austauschen und Ermutigung für den Alltag finden. Sie finden hier auch eine attraktive Infothek mit Büchern zu Familienfragen, Zeitschriften und Zeitungen, die Sie lesen können, während Ihre Kinder im Spielzimmer betreut werden. **Bitte beachten Sie, dass wir Picknick nicht erlauben.** Die Kinder bekommen im Spielzimmer jedoch morgens ein Znüni (Montag bis Freitag um ca. 10.15 Uhr) und Montagnachmittag ein Zvieri (ca. 15.30 Uhr).

Betreutes Spielzimmer

Ihre Kinder sind im Spielzimmer herzlich willkommen. Sie können hier ausgiebig spielen, basteln und andere Kinder kennen lernen. Toben, singen, tanzen und lachen wird hier ebenso genossen, wie Bücher anschauen und malen. Die Kleinen lernen ihre soziale sowie emotionale Kompetenz zu entwickeln und dürfen auch mal streiten. Kinder ab 18 Monaten werden betreut und können jederzeit zu ihrer Begleitperson.

Kinderhütedienst

Wenn Sie eine externe Kinderbetreuung brauchen, hüten wir Ihr Kind (ab 18 Monate) während unseren Öffnungszeiten. Wir setzen voraus, dass Ihr Kind schon mindestens einmal zuvor bei uns gewesen sein muss. Da wir nur eine beschränkte Anzahl Hüteplätze haben, bitten wir um telefonische Voranmeldung auf: Tel. 052 212 15 12 (während der Öffnungszeiten):

Tarife (in CHF): (*Reduktion gegen Vorlage des Mitgliederausweises)

	1 Kind	2 Kinder	3 Kinder
	*Mitglied	*Mitglied	*Mitglied
½ Stunde	3.50 (3.00)	6.50 (5.50)	9.00 (7.50)
1 Stunde	7.00 (6.00)	13.00 (11.00)	18.00 (15.00)
1½ Stunden	10.50 (9.00)	19.50 (16.50)	27.00 (22.50)
2 Stunden	14.00 (12.00)	26.00 (22.00)	36.00 (30.00)
2½ Stunden	17.50 (15.00)	32.50 (27.50)	45.00 (37.50)

Kursprogramm

Unser breit gefächertes Kursangebot im Bereich Elternbildung, Familie und Kreativität gibt Ihnen die Möglichkeit, sich weiterzubilden und kreativ zu betätigen. Unser Programm erscheint halbjährlich. Möchten Sie Ihre Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen weitergeben? Sie sind als KursleiterIn herzlich willkommen. Wenden Sie sich an: kurse@familienzentrum-winterthur.ch.

Ehrenamtliche Mitarbeit

Im Vorstand können Sie sich in einem aufgestellten Team ehrenamtlich engagieren und sich für eine gute Sache einsetzen. Melden Sie sich bei:

Diana Müller
 vorstand@familienzentrum-winterthur.ch

Mitgliedschaft

Durch die Familienmitgliedschaft von CHF 70.– pro Kalenderjahr unterstützen Sie das Familienzentrum Winterthur sowohl ideell als auch finanziell.

Als Mitglied profitieren Sie u.a. von Preisreduktionen bei Kursen, Vermietungen, Kinderhüte und können das betreute Spielzimmer kostenlos nutzen. Zudem erhalten Sie automatisch das Kursprogramm per Post und nach Wunsch aktuelle Veranstaltungshinweise per E-Mail. Sie können an Vereinsaktivitäten teilnehmen und das Familienzentrum an der jährlichen Mitgliederversammlung mitgestalten.

Für die Anmeldung zur Mitgliedschaft benutzen Sie bitte den Talon hinten.

Spenden

Sie können das Familienzentrum mit einer Spende unterstützen. Danke!

Postfinance IBAN CH62 0900 0000 8400 6442 6



Inserate

Möchten Sie ein Inserat im viel beachteten Kursprogramm platzieren?

1/3 Seite CHF 90.– 1/2 Seite CHF 130.– 1/1 Seite CHF 200.–

Bitte wenden Sie sich an: inserate@familienzentrum-winterthur.ch

Vermietung der Familienzentrum-Räume

Sie können die Räumlichkeiten des Familienzentrums ausserhalb der Öffnungszeiten (in Ausnahmefällen auch während der Öffnungszeiten) für verschiedene Anlässe mieten.

Preise:

	Ganzes Familienzentrum 200 qm²	
Mitglieder:	halber Tag 6 h ganzer Tag von 8 bis 20 Uhr	CHF 140 CHF 240
Mitglieder ab 2. Jahr:	ganzer Tag 8 bis 20 Uhr	CHF 100
Nicht Mitglieder:	halber Tag 6 h ganzer Tag von 8 bis 20 Uhr	CHF 240 CHF 360

Um einen Vertrag mit dem Mitgliederpreis abzuschliessen, muss eine Mitgliedschaft von min. 3 Monaten bestehen.

Preise für kommerzielle Veranstaltungen und Institutionen:

Auf Anfrage senden wir Ihnen gerne die Preistabelle zu.

Das Familienzentrum behält sich vor, jederzeit Preisanpassungen vorzunehmen.

Für Anfragen und Reservationen wenden Sie sich bitte direkt an:

• Rosa Martin, vermietung@familienzentrum-winterthur.ch

Ferien im Familienzentrum

19 Februar 2024 Fastnachtsmontag 29. März 2024 Karfreitag Ostermontag 1. April 2024 Tag der Arbeit 1. Mai 2024 Auffahrt und Brücke 9 und 10 Mai 2024 Pfingstmontag 20. Mai 2024

Sommerferien 22. Juli 2024 bis 16. August 2024

Während der übrigen Schulferien ist das Familienzentrum geöffnet.

Das Team im Familienzentrum Winterthur

Vorstand

Carmen Hänle

vorstand@familienzentrum-winterthur.ch

Diana Müller

vorstand@familienzentrum-winterthur.ch

Bea Pfiffner

vorstand@familienzentrum-winterthur.ch

Nicole Sturzenegger

vorstand@familienzentrum-winterthur.ch

Geschäftsleitung

Inken Schöner

info@familienzentrum-winterthur.ch

Fachmitarbeiter:innen

Lena Wierzbicki

(Leitung Pädagogïk)

info@familienzentrum-winterthur.ch

Rosa Martin

(Administration und Leitung Cafeteria) info@familienzentrum-winterthur.ch

Wir suchen dich!

Hast du Lust auf Veränderung? Möchtest du **ehrenamtlich** in einem motivierten Team mitarbeiten?

Wir suchen:

- als Mitglied im Vorstand kannst du dich ehrenamtlich engagieren, vielseitige wertvolle Erfahrungen sammeln und dich für eine gute Sache einsetzen. Melde dich bei:
 - Diana Müller vorstand@familienzentrum-winterthur.ch
- Bist du grundsätzlich an einer Mitarbeit interessiert, suchst aber eine andere Herausforderung? Dann wende dich unverbindlich im Familienzentrum an:
 - Betriebsleitung, 052 212 15 12 (während den Öffnungszeiten) info@familienzentrum-winterthur.ch
- im Rahmen unseres Kursprogramms im Bereich Erziehung, Familie, Gesundheit, Bewegung und Kreativität suchen wir **Kursleiter:innen**, die ihre Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen weitergeben möchten. Bei uns kannst du sowohl als qualifizierte Fachperson als auch als Mutter/Vater mit einem reichen Erfahrungsschatz Kurse für Eltern, Bezugspersonen von Kindern oder für Kinder anbieten. Schreibe eine Mail an:
 - · kurse@familienzentrum-winterthur.ch

Wir freuen uns auf dich!

Kinderkleider- und Spielsachenbörse 13. März 2023

in der Alten Kaserne Winterthur, Technikumstrasse 8

Frühling-Sommer 2024

Annahme	Montag, 11.03.2024	10.00-17.00 Uhr	
Verkauf	Mittwoch, 13.03.2024	09.00-15.00 Uhr	Alte Kaserne
Auszahlung	Mittwoch, 13.03.2024	20.00-21.00 Uhr*	Raserric

Anmeldung (nur für Selbstanschreiber:innen) und Infos:

boerse@familienzentrum-winterthur.ch

(bitte Vorname/Name, Adresse, Telefon, Mitglied ja/nein angeben)

Unser Börsen-Team sucht **Helfer:innen**; Auskunft bei:

• Beatrice Pfiffner, 079 273 13 22 boerse@familienzentrum-winterthur.ch



Mit Kindern auf Tour in Winterthur:

Das umfassende Familienportal für Winterthur mit Veranstaltungskalender, vielen nützlichen Tipps zu Aktivitäten, Ausflügen, Kinderbörsen und Familienleben: Von Kinderkurs bis Ferienprogramm, von familienfreundlichen Restaurants bis Jugendtreffs, von Elternbildung bis Pumptracks: für jedes Budget, alles auf einen Blick.

Für gute Laune und entspannte Eltern: www.kinderthur.ch

^{*}keine spätere Rückgabe oder Auszahlung möglich



Spielgruppe Turboschnägg

Rosenstrasse 11, 8400 Winterthur nähe Technikum, unmittelbar im Stadtzentrum

23 Jahre Spiel- und Waldspielgruppe



➤ Halbtages-Spielgruppe

für 2 – 5-jährige Kinder

Montag ab 8.00 Uhr – 11.30 Uhr

Montag ab 8.00 Uhr – 13.00 Uhr inkl. Mittagessen

Dienstag ab 8.00 Uhr – 11.30 Uhr

Dienstag ab 8.00 Uhr – 13.00 Uhr inkl. Mittagessen

Mittwoch ab 8.00 Uhr – 11.30 Uhr

Mittwoch ab 8.00 Uhr – 13.00 Uhr inkl. Mittagessen

Donnerstag ab 8.00 Uhr - 11.30 Uhr

Donnerstag ab 8.00 Uhr – 13.00 Uhr inkl. Mittagessen

Freitag ab 8.00 Uhr – 11.30 Uhr

Freitag ab 8.00 Uhr – 13.00 Uhr inkl. Mittagessen

Waldspielgruppe Turboschnägg, Winterthur

Mit 2 ½ - 5-jährigen Kindern den Wald erkunden. Als erste Waldspielgruppe in Winterthur sind wir ein erfahrenes Team.

Mittwoch 8.30 Uhr – 11.30 Uhr Donnerstag 8.30 Uhr – 11.30 Uhr

Treffpunkt: Breite Winterthur

Kontakt: Jacqueline Bertschi 078 788 90 56 j.bertschi@bluewin.ch

Weitere Infos: www.spielgruppeturboschnaegg.ch

Wir freuen uns auf Euch ©

Kreative Werkstatt für kleine Kinder

Wir wollen:

- verschiedene Materialien entdecken (Papier, Karton, Farben, Recyclingmaterial)
- verschiedene Techniken lernen (schneiden, leimen, reissen, malen)
- ein individuelles Werk entstehen lassen, das wir mit nach Hause nehmen
- und natürlich viel Spass haben!

Wer: Kinder bis ca. 5 Jahre mit erwachsener Begleitperson

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig (begrenzte Teilnehmerzahl)

Info: Lena Wierzbicki, 052 212 15 12

Jeden Montag 14.45 – 16.30 Uhr Kostenlos*

(Ausfall während der Schulferien möglich)

*Kostenlos für Mitglieder des Familienzentrums, ansonsten CHF 3.- pro Kind

Geschichtenkiste

Jeden Donnerstagmorgen nach dem Znüni gibt es spannende, schöne, rührende, lässige Geschichten aus der Geschichtenkiste. Anschliessend gibt es eine Aktivität, die zur Geschichte passt. Sprachförderung ist von grosser Bedeutung, gerade auch bei uns im Familienzentrum. Wir helfen dem Kind, durch gezielte sprachliche Interaktionen Deutsch zu lernen und/oder seinen Wortschatz zu vergrössern.

Wer: Kinder bis ca. 5 Jahre

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig

Jeden Donnerstag 10.30 Uhr Kostenlos*

^{*}Kostenlos für Mitglieder des Familienzentrum, ansonsten CHF 3.- pro Kind

Elki-Singen und Kindertanz

Eltern können gemeinsam mit ihren Kindern ab ca. halbjährig die Musik entdecken. Durch das Singen von Liedern mit Aktionen, das Tanzen mit Tüchern oder anderen Elementen und das Musizieren mit Instrumenten werden musikalisches Gehör und Verständnis sowie ein Rhythmusgefühl schon früh gefördert. Zudem intensiviert es die Beziehung zueinander, was Ihnen Ihr Kind ein Leben lang danken wird.

Wer: Kinder ab ca. 6 Monaten mit erwachsener Begleitperson

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig, Einstieg jederzeit möglich

Leitung: Sandra Lüdiger

Jeden Montag 10.15 – 10.45 Uhr (Elki-Singen)

10.45 – 11.15 Uhr (Kindertanz)

Jeden Freitag 09.30 – 10.00 Uhr (Elki-Singen)

10.30 – 11.00 Uhr (Kindertanz)

(Ausfall während der Schulferien möglich)

*Mitaliederpreis

**zzgl. CHF 3.- pro Kind



SCHWIMMSCHULE WINTERTHUR

pro Familie/Angebot CHF 6.-**/5.-*

10er Abo CHF 40.-*

Leitung: Regula + Christian Kuhn, Diplomtrainer SSCHV/swimsports/Swiss Olympic Postfach 2296, 8401 Winterthur, Telefon 052 343 39 40

www.schwimmkurse.ch - E-Mail: schwimmschule.winterthur@schwimmkurse.ch

Kursprogramm:

Kinder und Erwachsene

. Eltern und Kind (ELKI)

· Anfänger und Fortgeschrittene

· Ferienkurse für Kinder

Crawl-Kurse für Erwachsene

Privatkurse

Wassergymnastik für werdende Mütter

· Wasserfitness für Alle

Kursbeginn: Januar / Mai / September

Kursorte: • Hallenbad Geiselweid

Hallenbad Michaelschule Winterthur-Seen

Hallenbad Birch Seuzach

Anmeldung/Information: Telefon 052 343 39 40

www.schwimmkurse.ch

Offene Baby Krabbelgruppe

Während die Babys erste Erfahrungen im gemeinsamen Spiel sammeln, lernen die Eltern andere Eltern kennen, tauschen sich aus und es entstehen dabei hilfreiche Kontakte oder sogar neue Freundschaften. In unserem Kursraum können die Kleinen in Ruhe auf Entdeckungsreise gehen.

Wer: Babys von 0 bis 12 Monaten mit Begleitperson

Kinderhüte: Geschwister bis 5 Jahre können im Spielzimmer betreut werden

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig

Leitung: Alexandra Etter

Jeden Dienstag 09.30 – 11.00 Uhr Kostenlos*

(in den Schulferien ohne Leitung) Fällt am 27 02 24 aus

*Kostenlos für Mitglieder des Familienzentrums, ansonsten CHF 3.– pro Kind



«Multi-Kulti» – der interkulturelle Frauentreff

Herzlich willkommen! • Hos geldiniz! • Mirë se vini! • Bienvenidos! • Welcome!

Hast du Lust andere Frauen kennen zu lernen? Der Treff bietet die Möglichkeit, ausserhalb der Familie neue Kontakte mit anderen Müttern zu knüpfen. Wir trinken gemeinsam Kaffee, essen Kuchen, mitgebrachte Köstlichkeiten aus der Heimat und unterhalten uns. Eine Fachperson gibt lehr- und hilfreiche Informationen rund um das Thema Erziehung, Sprache, Integration, Gesundheit, Schule, Bildung und du hast so die Möglichkeit Informationen zu verschiedenen wichtigen Themen zu bekommen.

Die Kinder werden während dieser Zeit im Spielzimmer liebevoll betreut, spielen mit anderen Kindern und können jederzeit zur Mutter gehen.

Die Themen der Treffs findet ihr auf unserer Internetseite:

www.familienzentrum-winterthur.ch/multikultureller-treff

Bist du neugierig geworden? Dann komm vorbei! Wir treffen uns jeweils am ersten Mittwoch im Monat im Familienzentrum.

Wer: Frauen mit oder ohne Kinder

Kinderhüte: Kostenlos

Mitnehmen: Wir freuen uns über eine kulinarische Kleinigkeit aus deinem Herkunftsland

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig. Einstieg jederzeit möglich

Leitung: Alexandra Etter

Info: Inken Schöner und Lena Wierzbicki, 052 212 15 12

info@familienzentrumwinterthur.ch

Jeden 1. Mittwoch im Monat 14.30 – 17.00 Uhr Kostenlos

(Ausfall in den Schulferien möglich) 07.02,, 06.03,, 03.04,, 05.06,, 03.07.2024

Offenes Tragecafé

- Du möchtest dein Kind tragen und weisst nicht wie?
- Du hast schon Trageerfahrung, möchtest sie aber auffrischen oder erweitern?
- Du bist schwanger und möchtest schon jetzt das Tragen kennenlernen?

Im Tragecafé geben wir erste Information und Unterstützung. Für eine ausführliche Beratung kannst du im Tragecafé einen kostenpflichtigen Termin vereinbaren.

Wer: Eltern mit Babys

Kinderhüte: Geschwister bis 5 Jahre können im Spielzimmer betreut werden

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig

Leitung: Kerstin Büchi, Trageberaterin, 079 735 11 61

Jeden 1. Dienstag im Monat09.30 – 11.00 Uhr

Kostenlos*

*Kostenlos für Mitglieder des Familienzentrums, ansonsten CHF 3.- pro Kind



Eltern-Kind-Turnen

Im Elki-Turnen wird in vielseitigen und abwechslungsreichen Erlebnislektionen die Freude an der Bewegung bei Kindern und Erwachsenen geweckt, gefördert und erhalten. Kinder im Alter von 2 bis 4 Jahren und Erwachsene spielen, entdecken, erleben und bewegen sich freudvoll miteinander. Mütter und Väter werden angesprochen, sich aktiv und gemeinsam mit dem Kind zu bewegen.

Wer: Kindern von 2 bis 4 Jahre mit Begleitperson

Wo: Turnhalle Gutenberg, Gutenbergstrasse 11, 8406 Winterthur

Anmeldung: Anmeldung erforderlich

Leitung/Info: Stephanie Bindschädler, 079 445 71 03

 Jeden Freitag
 15.30 – 16.30 Uhr und
 CHF 5.–

 (nicht in den Schulferien)
 16.45 – 17.45 Uhr
 10er Abo CHF 40.–

musikschule -prova

Prova-Angebote für Kinder!

Die Geschichte von Loralu und den verschwundenen Tönen:

Videos zum Instrumente kennen lernen auf www.prova.ch



Rhythmik für Kinder (ab 1. KG): **Mo 14.15-15.00** ●

Chor VocalKids (5-9 Jahre): **Di 17.00-17.45** •

Diembé (ab 6 J.): **Do 16.00-16.45** •

Eltern-Kind-Singen: **Do 9.00-9.50/10.00-10.50** •

Musikschule Prova, Archstrasse 6, 8400 Winterthur - www.prova.ch

Erziehungsberatung

Kinder entwickeln sich schnell – das ist eine Herausforderung für das Kind und die ganze Familie. Immer wieder tauchen neue Fragen zur Entwicklung, Erziehung und Gestaltung des familiären Zusammenlebens auf. Häufige Themen sind:

- Umgang mit Gefühlen: Wut, Traurigkeit, Ängste
- Förderung des Kindes
- Geschwisterstreit
- Anhänglich sein
- Trocken werden
- Fin- und Durchschlafen

In einem offenen Rahmen können Sie Ihre Fragen mit einer Fachperson besprechen. Bei Bedarf haben Sie die Möglichkeit einer weiterführenden, vertieften Beratung im Kinder- und Jugendhilfezentrum (kjz) Winterthur; mit Dolmetscher.in möglich.

Die Beratungen werden vom Team der Abteilung Erziehungsberatung des kjz Winterthur angeboten (Psycholog:innen und Psychologen mit Zusatzausbildung in systemischer Beratung). Das kjz gehört zur Bildungsdirektion des Kantons Zürich.

Wer: Alle Eltern sowie Bezugspersonen von Kindern

Kinderhüte: Geschwister bis 5 Jahre können im Spielzimmer betreut werden

Anmeldung: für Beratung im Familienzentrum nicht nötig

Direktanmeldung für Beratung im kjz Winterthur:

kjz Winterthur, St. Gallerstrasse 42, 8400 Winterthur, Tel. 052 266 90 90, kjz.winterthur@ajb.zh.ch

Jeden 3. Montag im Monat	14.30 – 17.00 Uhr	Kostenlos
19.02., 18.03., 15.04., 17.06.24		
Jeden 1. Mittwoch im Monat	09.00 - 11.30 Uhr	Kostenlos

06.03., 03.04., 05.06., 03.07.24

(bitte Öffnungszeiten des Familienzentrums beachten)

Elterncoaching

Der Familienalltag mit (kleinen) Kindern ist oft anstrengend, die Rolle als Elternteil stressig. Es gibt wenige Momente der Ruhe und der Zeit für sich selbst. Sind die eigenen Kinder hochsensibel oder gefühlsstark, kann dies eine zusätzliche Herausforderung für Eltern und für die Kinder selbst sein. Im Coaching geht es um Sie. Wir unterstützen Sie bei diesen Themen:

- neue Aufgaben, Umgang mit Veränderungen oder Problemen
- Selbstfürsorge/Umgang mit Stress
- Hochsensibilität/starke Gefühle bei Kindern
- Alltagsthemen

Das kostenlose Coaching für Mütter oder Väter beinhaltet 20–30 Minuten Austausch im Familienzentrum (Kinderhüte möglich). Bei Bedarf und mit gegenseitigem Einverständnis gibt es im Anschluss ein oder mehrere kostenpflichtige (Online)-Treffen

Wer: Eltern und Interessierte mit Kindern

Kinderhüte: Geschwister bis 5 Jahre können im Spielzimmer betreut werden

Anmeldung: nicht nötig, für einen sicheren Termin aber empfohlen unter

info@em-coaching.ch (Nach Absprache sind andere Wochentage möglich)

Leitung: Marion Eberhard, Coach/Beraterin aeb Zürich,

Life Design Coach, Yogalehrerin, Korrektorin, Gründerin Kinderthur.ch

www.em-coaching.ch

Mittwochs 09.30 – 11.00 Uhr Kostenlos*

(fällt in den Schulferien aus) 28.02., 27.03., 22.05., 26.06.2024

*Kostenlose Beratung (20 bis 30 Min.) für Mitglieder des Familienzentrums, ansonsten CHF 3.– pro Kind



Familiencafé der Mütter- & Väterberatung kjz Winterthur

Das Familiencafé ist ein Projekt der Mütter- & Väterberatung in Winterthur. Hier können Sie in Ruhe bei einer Tasse Kaffee und einem leckeren Zvieri Kontakte mit anderen Eltern knüpfen, sich austauschen, ihr Kind wiegen und messen lassen und dabei kostenlos vom Fachwissen der Mütter- & Väterberater:innen profitieren.

In den ersten Lebensjahren eines Kindes tauchen immer wieder Herausforderungen und Chancen auf. Unter der fachlichen Leitung einer Mütter- & Väterberaterin (Beraterin Frühe Kindheit) erhalten Sie kostenlos Antworten auf ihre Fragen oder Sie können sich zu einem fachlichen Input austauschen. Im Familiencafé profitieren Sie auch von den Erfahrungen anderer Eltern mit Kindern im gleichen Alter. Die fachlichen Inputs werden zusätzlich in Zusammenarbeit mit der Erziehungsberatung gestaltet.

Fachinput 14.00 bis 15.00 Uhr:

19. Januar 2024 Schlaf, Kindlein, Schlaf – Barbara Brügger

23. Februar 2024 Schnupfen, Husten und Fieber – Marilena Scotellaro-Blanco

15. März 2024 Regeln und Konsequenzen – Vera Kündig und Mischa Frei

12. April 2024 Essen lernen mit Freude – Denise Solenthaler

24. Mai 2024 Erziehungshaltung von Müttern und Väter – Vera Kündig

14. Juni 2024 Vom Babybrei zum Familientisch – Sandra Peter

19. Juli 2024 Autonomieentwicklung und Trotzen – Barbara Portmann

Wer: Eltern mit Kindern von 0 bis 5 Jahren

Leitung: Mütter- und Väterberatung des kjz Winterthur

Erziehungsberatung des kiz Winterthur

Jeden Freitag 13.30 – 16.00 Uhr (ohne Voranmeldung) Kostenlos

Abweichende Beratungszeiten bei Feiertagen und Ferien

Mütter- und Väterberatung

Die Mütter- und Väterberatung ist ein Angebot des kjz Winterthur (Kinder- und Jugendhilfezentrum Winterthur), welches zur Bildungsdirektion des Kantons Zürich gehört. Die Beratung im Familienzentrum Winterthur ist offen für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern aus allen Quartieren der Stadt Winterthur und der Gemeinden des Bezirks Winterthur. Sie haben die Gelegenheit Fragen zum Stillen, zur Ernährung, Entwicklung, Pflege und Erziehung mit der Mütter- und Väterberaterin zu besprechen.

Wer: Eltern mit Kindern von 0 bis 5 Jahren

Kontakt: Beratungstelefon am Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag von

8.30-11.30 Uhr und Dienstag von 13.30-16.00 Uhr

telefonisch unter 052 266 90 00

Jeden Montag 09.00 – 11.00 Uhr Kostenlos

(offene Beratung mit Cafeteria und Spielzimmer)

Abweichende Beratungszeiten bei Feiertagen und Ferienzeiten

Stilltreff mit La Leche League Berater:innen

Einmal pro Monat gibt es im Familienzentrum einen Stilltreff. Verschiedene Themen werden diskutiert und Fragen beantwortet.

Wer: stillende Mütter und Interessierte

Kinderhüte: Geschwister bis 5 Jahre können im Spielzimmer betreut werden

Anmeldung: Keine Anmeldung nötig

Leitung: Katja Ott, Stillberaterin La Leche League, katja.ott@lalecheleague.ch

Donnerstag 1x im Monat 09.30 – 11.00 Uhr Kostenlos*

08.02., 07.03., 04.04., 04.07.2024

*Kostenlos für Mitglieder des Familienzentrum und LLL Mitglieder, ansonsten CHF 3.- pro Kind

Vätertreff

Vater werden ist nicht schwer... Vater sein dagegen sehr?

Die Freuden und Nöte, die Glückseligkeiten und Unsicherheiten des Vatersdaseins sollen Bestandteil unserer Treffen sein. Austausch und Inputs zu der Rolle als «Vater 2.0» sowie gemütliches Beisammensein und väterliche Ausflüge (mit und ohne Kinder) haben dabei gleichermassen Platz. Die Kinder können jederzeit mit von der Partie sein oder Papa darf auch alleine kommen.

Wer: Väter mit Kindern von 0 bis 10 Jahren

Anmeldung: erwünscht

Kontakt: Alex Wiget, wiget.alex@gmail.com

Samstags 09.30 – 11.30 Uhr Kostenlos

17.02., 16.03., 20.04., 18.05., 15.06., 20.07., 17.08., 21.09., 19.10., 16.11., 14.12.24





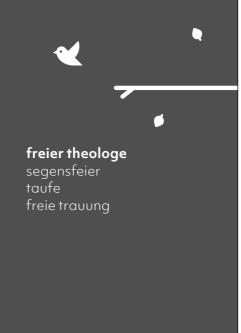
a-ja.ch√

andreas jawork mythenstrasse 49 8400 winterthur +41 79 962 16 45 andreas.jawork@outlook.com www.a-ja.ch

vorsorge- & vermögensberater finanzielle sicherheit und

finanzielle sicherheit und gestaltsungsspielraum für ihre familie, für ihre unternehmung





Elki Programm -

Das Angebot für Eltern mit ihren Kindern gemeinsam

Sonstiges	Datum	Kosten
Osterbasteln	27. März 2024 15.00 – 17.00 Uhr	CHF 18.–/15.–* *Mitgliederpreis
	Anmeldeschluss: 20. März 2024	
Muttertagsbasteln	8. Mai 2024 09.00 – 11.00 Uhr	CHF 18.–/15.–* *Mitgliederpreis
	Anmeldeschluss: 30. April 2024	

Es gelten die allgemeinen Anmeldebedingungen.

Grupo de Juego en español

Un espacio en donde tu hijo podrá reforzar el idioma español, al mismo tiempo que juega, canta, pinta, hace manualidades, escucha cuentos y comparte con otros niños. Nos dará mucho gusto atender su solicitud.

Inscripción: www.la-oruga.ch ericks@la-oruga.ch Ericks Heer / 079 207 6943 8400 Winterthur

Ubicación: Alte Kaserne Technikumstrasse 8



Dirigido a niños de 2 a 6 años.

Lunes
8:30 - 11:30
8:30 - 16:30
13:30 - 16:30

Martes 13:30 - 16:30





Unsere Kursleiter:innen



Susanne Baldini



Karin Handschin



Kathrin Hohl



Sara Derrer und Rebekka Leuenberger



Vanessa Püntener



Monika Regli



Nicole Stepanek



Sandra Walter

Werdende Geschwister begleiten

Die Ankunft eines zweiten Kindes ist nicht nur für Eltern, sondern auch für Geschwisterkinder ein sehr aufregendes Ereignis, welches mit vielen unterschiedlichen Emotionen einhergehen kann. Es ist nicht nur der grösser werdende Bauch von Mama, den sie beobachten. Kinder spüren auch unterbewusst, dass eine besondere Veränderung auf sie zukommt.

Der Workshop fördert das Verständnis der Eltern für die Erlebniswelt der werdenden und frischgebackenen Geschwister und gibt ihnen gleichzeitig diverse Ideen und Tipps an die Hand, wie sie ihre Kinder in der Zeit rund um die Geburt liebevoll begleiten und einbinden können. Input und Austausch wechseln sich ab. Zeit für eigene Fragen ist ebenso vorhanden.

Bei Bedarf kann kostenlos ein/e Dolmetscher/in hinzugezogen werden. (Der Kurs findet auf hochdeutsch statt)

Wer: Eltern, die das zweite Kind erwarten

Leitung: Karin Handschin, Kursleiterin für Geburtsvorbereitung und Schlafberaterin

Freitag 19.30 – 21.30 Uhr CHF 70.–/65.–*
01.03.2024 Paare CHF 120.–

Anmeldeschluss: 23.02.2024

Freitag 07.06.2024

Anmeldeschluss: 31.05.2024

*Mitgliederpreis

Rückbildungsgymnastik

In unserem Rückbildungskurs stehen das Beckenbodentraining, die Wahrnehmung sowie die Integration in den Alltag im Fokus.

Wir beschäftigen uns mit folgenden Dingen:

- Wahrnehmung und Kräftigung des Beckenbodens
- Beckenboden in den Alltag integrieren
- · Vorbeugung von Rückenschmerzen
- · Verhinderung von Blasenschwäche/Inkontinenz
- · Kontakt mit anderen Müttern und Babys

Wer: Frauen nach der Geburt (frühestens 6 bis 8 Wochen nach der Geburt)

Kinderhüte: nach vorheriger Anmeldung

Leitung: Monika Regli

Montags 09.00 – 10.00 Uhr

7x 20.03., 11.03., 18.03., 25.03., 15.04., 22.04., 06.05.2024

Anmeldeschluss: 26.02.2024

8x 13.05., 27.05., 03.06., 10.06., 17.06., 24.06., 01.07., 08.07.2024

Anmeldeschluss: 06.05.2024

*Mitgliederpreis

7x CHF 180.-/175.-*

Kinderhüte CHF 40.-

8x CHF 216.-/200.-*

Kinderhüte CHF 40.-

Stärke deine innere Kraft! -

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining

In unseren Trainings werden spielerisch Verhaltensmöglichkeiten und Strategien vermittelt, um mit alltäglichen Konfliktsituationen umzugehen. Für mehr Leichtigkeit im Alltag und das gewaltfreie Zusammensein.

Mit Spass und Leichtigkeit gehen wir folgende Themen an:

- · Adäquater Umgang mit Beleidigungen
- Durchsetzungsfähigkeit bei ungerechter Behandlung
- · Lösungsorientiertes Denken und Handeln
- Die eigenen Gefühle in Konfliktsituationen erkennen und angemessen damit umgehen
- Die eigenen Grenzen klarer wahrnehmen, um sich (selbst)bewusst abzugrenzen
- uf Gewalt angemessen reagieren

Ein kleiner Snack für die Pause wird offeriert.

Wer: Kinder zwischen 5 und 12 Jahre

Leitung: Sara Derrer und Rebekka Leuenberger,

Sozialpädagoginnen und Resilienztrainerinnen

Samstag 09.00 – 12.00 Uhr CHF 60.–/55.–*

09.03.2024

Anmeldeschluss: 01.03.2024

*Mitgliederpreis

PEKiP®, Babys 2 bis 4 Monate

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) begleitet Eltern im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens.

Inhalt:

- Spiel- und Bewegungsanregungen für Babys, angepasst an ihren Entwicklungsstand
- Unterstützung der Eltern-Kind-Beziehung
- Fachliche Inputs
- Austausch der Eltern untereinander

Wer: Eltern mit Babys von 2 bis 4 Monaten

Leitung: Susanne Baldini, Eltern- und Erwachsenenbildnerin Eid. FA

Donnerstags 11.30 – 13.00 Uhr

6x 14.03., 21.03., 11.04., 18.04., 25.04., 02.05.2024 **6x CHF 210.-/192.-***

Anmeldeschluss: 07.03.2024

6x 16.05, 23.05, 30.05, 06.06, 20.6, 27.6,2024 **6x CHF 210.-/192.-***

Anmeldeschluss: 02.05.2024

*Mitgliederpreis

6x CHF 210.-/192.-*

PEKiP®, Babys 5 bis 8 Monate

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) begleitet Eltern im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens.

Inhalt:

- Spiel- und Bewegungsanregungen für Babys, angepasst an ihren Entwicklungsstand
- Unterstützung der Eltern-Kind-Beziehung
- Fachliche Inputs
- · Austausch der Eltern untereinander

Wer: Eltern mit Babys von 5 bis 8 Monaten

Leitung: Susanne Baldini, Eltern- und Erwachsenenbildnerin Eid. FA

Donnerstags 09.30 – 11.00 Uhr

6x 14.03., 21.03., 11.04., 18.04., 25.04., 02.05.2024

Anmeldeschluss: 07.03.2024

6x 16.05., 23.05., 30.05., 06.06., 20.6., 27.06.2024

6.2024 **6x CHF 210.-/192.-***

Anmeldeschluss: 02.05.2024

*Mitaliederpreis



Spracherwerb bei Mehrsprachigkeit –

Ab wann hat ein Kind eine Sprachentwicklungsstörung?

Sehr viele Kinder wachsen in einem Umfeld auf, in dem mehr als eine Sprache gesprochen wird. Manche Kinder lernen schnell, andere scheinen keine Fortschritte zu machen. Eltern sind häufg verunsichert, ob mehr als eine Sprache ein Risiko darstellt für die Entwicklung ihres Kindes. Dieser Kurs möchte aufzeigen, wie Eltern ihr Kind im Spracherwerb begleiten können und ab wann Unterstützung benötigt wird.

Folgende Themen werden in diesem Kurs besprochen:

- Spracherwerb bei Kindern mit Mehrsprachigkeit
- Ab wann hat ein Kind eine Sprachentwicklungsverzögerung oder eine Sprachentwicklungsstörung?
- Was können Eltern tun und wann braucht es Unterstützung?

Wer: Eltern mit Kindern im Alter bis 5 Jahre
Leitung: Kathrin Hohl, MSc., dipl. Logopädin

Mittwoch 09.30 – 11.00 Uhr Kostenlos 20.03.2024 (freiwillige Spenden)

Anmeldeschluss: 13.03.2024

Donnerstag (Online) 19.30 – 21.00 Uhr

13.06.2024

Anmeldeschluss: 06.06.2024

Von Frauen für Frauen – An deiner Seite, in jeder Lebensphase

Egal, ob du ein Mädchen bist, das die Weiblichkeit gerade entdeckt, ob du Schwanger bist und das Fühlen eine ganz neue Bedeutung bekommt oder ob du dich als Mama gerade ganz neu kennen und lieben lernst: du darfst auf dieser Welt, in deinem Leben ganz ankommen und ganz einfach du sein. Und ich bin von Herzen gerne an deiner Seite und begleite Dich.

In meinem Workshop erzähle ich über meine Arbeit und wir schaffen gemeinsam Raum für ganz eigene, wichtige Themen.

Kurs A: Mutter sein, Frau bleiben – Was bedeutet es Mama zu sein? **Kurs B:** Mutter werden – wie verändert sich meine Rolle als Frau?

Wer: Frauen, Mütter und Interessierte

Leitung: Nicole Stepanek, Doula, Mädchen- und Frauenbegleiterin

Kurs A 09.15 – 11.15 Uhr CHF 10.-/8.-*

17.04.2024

Anmeldeschluss: 10.04.2024

Kurs B 19.30 – 21.30 Uhr CHF 10.–/8.–*

20.06.2024

Anmeldeschluss: 13.06.2024

*Mitgliederpreis



Geschenke Bücher Spielzeug



Ihre erste Adresse für kleine und grosse Entdecker.

Metzggasse 19

Winterthur

willkommen auch in unserem webshop: www.chinderlade.ch

Stärke deine innere Kraft! -

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining

In diesem Ferienkurs trainieren wir mit den Kindern spielerisch Verhaltensmöglichkeiten und Strategien, um mit alltäglichen Konfliktsituationen umzugehen. Für mehr Leichtigkeit im Alltag und das gewaltfreie Zusammensein.

Mit Spass und Leichtigkeit gehen wir folgende Themen an:

- · Adäguater Umgang mit Beleidigungen
- Durchsetzungsfähigkeit bei ungerechter Behandlung
- · Lösungsorientiertes Denken und Handeln
- Die eigenen Gefühle in Konfliktsituationen erkennen und angemessen damit umgehen
- Die eigenen Grenzen klarer wahrnehmen, um sich (selbst)bewusst abzugrenzen
- Auf Gewalt angemessen reagieren

Für das Mittagessen ist gesorgt, bitte geben Sie ihrem Kind einen kleinen Snack für die Znünipause mit.

Wer: Kinder zwischen 7 und 12 Jahre

Leitung: Sara Derrer und Rebekka Leuenberger,

Sozialpädagoginnen und Resilienztrainerinnen

Mittwoch 09.00 – 16.00 Uhr CHF 140.-/130.-*

24.04.2023 Auffangzeit 08.00 – 09.00 Uhr und 16.00 - 17.00 Uhr

Anmeldeschluss: 17.04.2024

*Mitaliederpreis

Eltern-Informationsabend online: Resilienz – so stärke ich mein Kind

Der Tag kommt, an dem unsere Kinder den sicheren Hafen Schritt für Schritt verlassen müssen. Im stürmischen Kindergarten- und Schulalltag müssen sie für einiges gewappnet sein. An diesem Abend beschäftigen wir uns damit, wie wir unsere Kinder dafür stärken können.

Über die Veranstaltung:

- Resilienz bedeutet unter anderem Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen.
- Eltern und Bezugspersonen haben einen massgeblichen Einfluss auf die Resilienz der Kinder.

Inhalt des Abends:

- Fachlicher Input zu den Themen Resilienz und Gewaltprävention
- · Wie kann ich mein Kind im Alltag stärken
- Rituale und Gewohnheiten für den positiven Fokus und mehr Leichtigkeit im oft stressigen Familienalltag
- Zeit und Raum für Fragen und Diskussionen

Wer: Eltern und Interessierte

Leitung: Sara Derrer und Rebekka Leuenberger,

Sozialpädagoginnen und Resilienztrainerinnen

Dienstag 19.30 – 21.00 Uhr CHF 30.–/24.–*

28.05.2024

Anmeldeschluss: 21.05.2024

*Mitaliederpreis

Digitale Balance in der Familie

Bereits jüngere Kinder kommen heute schnell in Kontakt mit digitalen Geräten.

Wie kann ich den Umgang damit zu Hause gut regeln?

Welche Entwicklungsschritte müssen Kinder im Alter von 0 bis 6 Jahre machen und wie können dabei digitale Geräte hemmen oder fördern?

Welche Risiken gibt es?

Ihre aktuellen Fragen zu diesem Thema werden gerne in den Kurs eingebaut.

Wer: Eltern und Interessierte

Kinderhüte: Kinder ab 18 Monate können kostenlos im Spielzimmer betreut werden,

Anmeldung erforderlich

Leitung: Sandra Walter, Fachmitarbeiterin Prävention und Gesundheitsförderung

Donnerstag 09.45 – 11.00 Uhr Kostenlos

28.03.2024

Anmeldeschluss: 21.03.2024

20 & 30 ANS

JOYEUX ANNIVERSAIRES LES LUTINS





Dessin : Isabelle Desrochers, artiste peintre, Québec









On attend votre visite!

Les Petits Lutins (garderie francophone) & Les Amis des Petits Lutins (association) font la fête pour leurs 30 et 20 ans respectifs.

Un marché aux couleurs de la France Un café «Aux délices de Paris» Un livre et des auteurs

Des ateliers pour petits et grands Des histoires

Une tombola

Et d'autres surprises vous attendent tout au long de la journée

Programme détaillé et renseignements www.lespetitslutins.ch

SAMEDI 16 MARS 2024 10h30 - 16h00

ALTE KASERNE TECHNIKUMSTRASSE 8 8400 WINTERTHUR Ier étage



Famze meets Maren Tromm

Die Eltern-Schatzkiste von Maren Tromm bietet Erziehungs-, Einzel- und Paarcoachings an. Ausserdem gibt es von Maren Tromm einen grossartigen Podcast: Elternschokolade.

Wir bieten euch die Möglichkeit, online an spannenden Impulsvorträgen und Elternkursen von Maren Tromm teilzunehmen.

Informationen und Anmeldung:

info@familienzentrum-winterthur.ch 052 212 15 12 www.familienzentrum-winterthur.ch

Hört endlich auf zu streiten!! Wie du gelassen Lösungen (er-) findest.

Kinder streiten. Das ist normal. Nur wie viel? Und was tun, wenn es einfach zu viel ist und nervt? Du erhältst einen Einblick in Gechwisterkonstellationen und lernst, wie du ruhig bleibst während deine Kinder konstruktiv Lösungen erfinden. Ein Abend mit friedlicher Wirkung.

Wie: 90-minütiger Online-Input

Datum: Montag, 22. Januar 2024 von 20.15 bis 21.45 Uhr

Kosten: CHF 40.-/37.-*

*Mitgliederpreis

Pubertät ist, wenn Eltern und Schule mühsam werden

Die Pubertät verändert Kinder. Manche reden kaum mehr, andere motzen, chillen und widersprechen, wo sie nur können. Sie sind oft unordentlich und schaffen es kaum, sich selbst zu managen. Eltern und Lehrpersonen sind gefordert, da diese Umbruchphase sich auch auf das Lernen auswirkt und die schulischen Leistungen beeinflussen kann.

Wie: 90-minütiger Online-Input

Datum: Donnerstag, 22. Februar 2024 von 20.15 bis 21.45

Kosten: CHF 40.-/37.-*

*Mitaliederpreis

Umgang mit Frust und Niederlagen ist lernbar – Glück und Freude auch

Warum können sich manche Menschen scheinbar besser aus Niederlagen, Frust, Stress und Angriffen befreien als andere? Ist dies angeboren? Eine Charakterfrage? Veränderbar oder gar erlernbar? Sie hören eindrückliche Studien aus der Gehirnforschung und wichtige Meilensteine in der Entwicklung von Kindern. Daraus leiten wir Ideen und Wege ab, wie man das Glücksgefühl, die Resilienz und somit die Selbststeuerung stärken kann.

Wie: 90-minütiger Online-Input

Datum: Donnerstag, 07. März 2024 von 20.15 bis 21.45 Uhr

Kosten: CHF 40.-/37.-*

*Mitgliederpreis

Gelassen die Wackelzahnpubertät meistern

Nicht mehr klein und noch nicht gross. In der Wackelzahnpubertät fahren die Gefühle der Kinder Achterbahn. Das führt dazu, dass Kinder und Eltern gleichermassen tagtäglich mit herausfordernden Situationen, irritierendem Verhalten und Gefühlsausbrüchen konfrontiert werden. Erfahre anhand von vielen Beispielen und konkreten Tipps wie du deinen Kindern in dieser Entwicklungsphase Halt geben kannst und sie gleichzeitig loslassen.

Wie: 90-minütiger Online-Input

Datum: Donnerstag, 18. April 2024 von 20.15 bis 21.45 Uhr

Kosten: CHF 40.-/37.-*

*Mitgliederpreis

Eltern als Paar – Duett oder Duell?

Streitet ihr als Paar zu viel? Und hast du öfter das Gefühl, dass dein(e) Patner:in dich nicht versteht? An diesem Abend beleuchten wir die wichtigsten Bedürfnisse einer jeden Beziehung, erforschen die Sprache der Liebe und du lernst und übst, wie du die Bedürfnisse, Sorgen und Ängste deines Partners, deiner Partnerin besser verstehst und dich klarer ausdrückst. Für alle, die Gemeinschaft und echte Liebe vorleben möchten.

Wie: 90-minütiger Online-Input

Datum: Donnerstag, 16. Mai 2024 von 20.15 bis 21.45 Uhr

Kosten: CHF 40.-/37.-*

*Mitgliederpreis

SELBSTLERNKURS - Schluss mit Schmipfen

Komm jetzt mit raus aus alten Mustern und reise mit.

Endlich nicht mehr allein auf hoher See.

Der Kurs richtet sich an Eltern, die mit Gelassenheit erziehen möchten und eine Schatztruhe voller Ideen und Tipps für den Erziehungsalltag erhalten möchten.

Wie: Online-Input via Zoom

Datum: Start Mittwoch, 24. Januar 2024, 20.15 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

(4 Module und 3 Coachings via Zoom)

Kosten: CHF 290.– pro Familie (Einführungspreis)*

*inkl. Aufnahme aller Inhalte. Diese stehen dir bis 31.03.2025 zur Verfügung.



Reguläre Camp-Zeiten 9.30 bis 16.00 Uhr

FERIEN

Ganztagsbetreuung möglich Von 8.00 bis 17.30 Uhr

Alter

Zwischen 6 und 13 Jahren

Kinder-Camps in deiner Region



Mitglied bei:







JETZT PASSENDES CAMP FINDEN UND PLATZ SICHERN! **kinder-camps.ch**

Anmeldung:

Die Anmeldung bei Kursen ist obligatorisch. Benutzen Sie bitte das Anmeldeformular hinten im Programm oder melden Sie sich über www.familienzentrum-winterthur.ch online an. Anmeldeschluss ist jeweils 2 Wochen vor Kursbeginn. Sie erhalten 7 bis 10 Tage vor Kursbeginn die Kursbestätigung mit Rechnung.

Abmeldung:

Für Abmeldungen, die nicht spätestens eine Woche vor Kursbeginn <u>schriftlich</u> eintreffen, werden Kurskosten/Kinderhüte zu 50 % in Rechnung gestellt (Inken Schöner, Familienzentrum Winterthur, St. Gallerstrasse 50, 8400 Winterthur, info@familienzentrum-winterthur.ch). Für Abmeldungen, die weniger als eine Woche vor Kursbeginn eintreffen, werden Kurskosten/Kinderhüte zu 100 % in Rechnung gestellt.

Absenzen und Kursabbrüche sind nicht erstattungsberechtigt.

Preise (*, Kuturleel):

Der erste reduzierte Preis gilt für <u>Familienzentrum-Mitglieder</u> (*), der zweite reguläre Preis für Nicht-Mitglieder.

Die <u>KulturLegi</u> berechtigt zu einem Rabatt von 30 % auf die reguläre Kursgebühr. Bitte Kopie der KulturLegi mit Kursanmeldung einschicken, sonst ist Vergünstigung nicht möglich.

Das Kursgeld ist – falls nicht anders ausgeschrieben – bei Erwachsenenkursen pro KursteilnehmerIn fällig und bei Kinderkursen pro Kind (Begleitperson zahlt nicht). Materialkosten sind am Kurstag direkt an KursleiterIn zu bezahlen.

Wenn Sie sich bei der Anmeldung für eine <u>Mitgliedschaft</u> entscheiden (CHF 70.–/ Kalenderjahr), profitieren Sie bereits vom günstigeren Preis.

Kinderhüte:

Zu Veranstaltungen am Tag wird normalerweise ein Kinderhütedienst angeboten, der zusätzlich zu den Kurskosten in Rechnung gestellt wird. Bitte geben Sie auf dem Anmeldeformular die genaue Anzahl und das Alter der zu hütenden Kinder an.

Bitte teilen Sie allfällige Änderungen spätestens zwei Tage vor Kursbeginn mit (Betriebsleitung, 052 212 15 12, info@familienzentrum-winterthur.ch). Ansonsten wird die auf dem Anmeldeformular angegebene Anzahl für die Kinderhüte in Rechnung gestellt.

Nehmen Sie sich die Zeit, Ihre Kinder <u>rechtzeitig</u> vor Kursbeginn bei der Kinderbetreuerin im Kinderzimmer abzugeben. Die Kinder erhalten normalerweise einen Zvieri/einen Znüni.

Kinder sind im Familienzentrum <u>nicht</u> gegen Unfall versichert.

oder bezie							
	n für Ihre Anmeldung. Sie erh ginn die Kursbestätigung.	alten spätestens 7 T	age				
Notizen:							
i or	Jentrum "						
1, -1267							
Lamure	We to the						
	Vinterthur Winterthur						
	Winterthur X		·····×-···×				
Kursanm		Vinterthur					
Kursanm	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung	Vinterthur gen und melde mic	h für folgend	e(n) Kur	rs(e) a	n:	
Kursanm		Vinterthur		e(n) Kur	rs(e) a		
Kursanm	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung	Vinterthur gen und melde mic	h für folgend Teilneh n	e(n) Kur ner:inn	rs(e) an I en der	n: Kinde	erhüte
Kursanm	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung	Vinterthur gen und melde mic	h für folgend Teilnehn Erwachsene	e(n) Kur ner:inn	rs(e) an I en der	n: Kinde	erhüte
Kursanm ch anerke	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung	Vinterthur gen und melde mic	h für folgend Teilnehn Erwachsene	e(n) Kur ner:inn	rs(e) an I en der	n: Kinde	
Kursanme ch anerke	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung	Vinterthur gen und melde mic	h für folgend Teilnehn Erwachsene	e(n) Kur ner:inn	rs(e) an I en der	n: Kinde	erhüte
Kursanmech anerke	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kinc Anzahl	rs(e) an I en der	n: Kinde	erhüte
Kursanme ch anerke	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kind Anzahl	en der Alter	n: Kinde Anzahl	Alte
Kursanme ch anerke	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name:	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kind Anzahl	en der Alter	n: Kinde Anzahl	Alte
Kursanmech anerke 1 2 Vorname, Strasse, PL E-Mail:	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name:	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kind Anzahl	en der Alter	n: Kinde Anzahl	Alte
Kursanmech anerke 1 2 Vorname, Strasse, PL E-Mail:	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name:	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kind Anzahl	en der Alter	n: Kinde Anzahl	Alte
Kursanmech anerke 1 2 Vorname, Strasse, PL E-Mail: Telefon:	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name:	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kind Anzahl	en der Alter	n: Kinde Anzahl	Alte
Kursanme ch anerke	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name: Z, Ort:	Vinterthur gen und melde mic Datum	Teilnehn Erwachsene Anzahl	e(n) Kur ner:inn Kinc Anzahl	en en Alter	n: Kinde	Alte
Kursanme ch anerke 1 2 Vorname, Strasse, PL E-Mail: Telefon: Datum, Ur ch bin Far	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name:	Vinterthur gen und melde mic Datum Jia nein	Teilnehn Erwachsene Anzahl ch möchte M	e(n) Kur ner:inn Kinc Anzahl	en en Alter	n: Kinde	Alte
Ch anerke 1 2 Vorname, Strasse, PL E-Mail: Datum, Ur ch bin Far ch habe e	eldung Familienzentrum V nne die Teilnahmebedingung Kurstitel Name: Z, Ort:	Vinterthur gen und melde mic Datum ja nein	Teilnehn Erwachsene Anzahl ch möchte M	e(n) Kurner:inn Kinc Anzahl	en Alter	n: Kinde Anzahl	Alte

Kurse Familienzentrum Winterthur

Anschrift

Familienzentrum Winterthur St. Gallerstrasse 50 8400 Winterthur

Tel. 052 212 15 12 (während der Öffnungszeiten)

www.familienzentrum-winterthur.ch info@familienzentrum-winterthur.ch

Öffnungszeiten

Montag 09.00 - 11.30 Uhr / 14.30 - 17.00 Uhr

 Dienstag
 09.00 – 11.30 Uhr

 Mittwoch
 09.00 – 11.30 Uhr

 Donnerstag
 09.00 – 11.30 Uhr

 Freitag
 09.00 – 11.30 Uhr

Wochenende und Feiertags geschlossen



•		Ü
Absender:		Bitte frankieren
		frankieren
	'	

×-----×-----×

Familienzentrum Winterthur Kursadministration

St. Gallerstrasse 50 8400 Winterthur