



Kanton Zürich
Bildungsdirektion

Elternbildung

Amt für Jugend und Berufsberatung

Stark im Familienalltag

Kantonaler Elternbildungstag



**Samstag, 10. Mai 2025,
8.30–13.45 Uhr
Alte Kaserne Kulturzentrum,
Winterthur**

Eltern wollen ihre Kinder bestmöglich auf die Schule und das Leben vorbereiten. Wie kann das ohne Überförderung und Überforderung gelingen? Die renommierte Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm beleuchtet das Thema in unserem Hauptreferat und zeigt Wege auf, wie Eltern aus dem Teufelskreis der eigenen und gesellschaftlichen Perfektionsansprüche ausbrechen können. Ein inspirierender Impuls für mehr Gelassenheit im Erziehungsalltag!

In der breit gefächerten Auswahl von Impulsreferaten finden Sie verschiedene Anregungen für Ihren Familienalltag.

Wir heissen Sie herzlich willkommen am Elternbildungstag!

Datum Samstag, 10. Mai 2025, 8.30–13.45 Uhr

Ort Alte Kaserne Kulturzentrum, Winterthur

Programm

ab 8.30 Uhr Eintreffen und Anmeldung

9.00 Uhr Begrüssung

Christoph Schwarz, Geschäftsstelle Elternbildung, Amt für Jugend und Berufsberatung

Grusswort

Martina Blum, Stadträtin Winterthur, Vorsteherin Departement Schule und Sport

9.15 Uhr Hauptreferat

**Zwischen Fördern, Fordern und Überfordern:
Wie Kinder lebensstüchtig werden**

Prof. Dr. Margrit Stamm, Professorin em. an der Universität Fribourg, Forschungsinstitut Swiss Education

10.15 Uhr Pause

10.30 Uhr Impulsreferate (1. Durchgang)

11.45 Uhr Mittagspause mit Stehlunch

12.30 Uhr Impulsreferate (2. Durchgang)

13.45 Uhr Ende der Veranstaltung

Hauptreferat

Zwischen Fördern, Fordern und Überfordern:

Wie Kinder lebensstüchtig werden

Prof. Dr. Margrit Stamm, Professorin em. an der Universität
Fribourg, Forschungsinstitut Swiss Education

Eltern stehen heute mächtig unter Druck. Sie gelten schnell als die Schuldigen, wenn sich das Kind nicht so wie erwartet entwickelt. Margrit Stamm geht im Referat von der Annahme aus, dass unsere Optimierungsgesellschaft Väter und Mütter fast dazu zwingt, perfekt sein zu wollen. Auf dieser Grundlage zeigt die Referentin auf, was eine gute Förderung ohne Überförderung oder Überforderung ist und wie die Perfektionsspirale durchbrochen werden kann.

Für alle Mütter und Väter

Impulsreferate

Zwei zur Wahl

Impuls 1

Rollenbilder in der Erziehung – Alles «rosablau»?

Claudia Mollet, Fachperson sexuelle Gesundheit in Bildung
und Beratung, SGCH

Kinder erhalten früh Botschaften, wie ein Mädchen oder ein Junge sein sollte. Gesellschaftliche Veränderungen in Bezug auf Geschlechterrollen und -vielfalt fordern Eltern und Bezugspersonen heraus. An diesem Impulsreferat werden Rollenbilder beleuchtet, Informationen zu Themen wie kleinkindliche Entwicklung, Körper und Geschlecht gegeben und es gibt Raum für Austausch zu Herausforderungen im Erziehungsalltag.

Für Mütter und Väter von 0- bis 4-jährigen Kindern

Impuls 2

Mit Geschichten wachsen – Leseförderung in der Familie

Marlies Mertl, Leseanimatorin SIKJM, Kinderliteratur-
vermittlerin SIKJM, Erwachsenenbildnerin, Bibliothekarin

Kinder, die schon früh vielfältige Erfahrungen mit Sprache und Schrift sammeln können, lernen später leichter lesen und schreiben. Wie können Eltern ihre Kinder dabei unterstützen? Wie kann die Leseförderung einfach in den Alltag integriert werden? Am Impulsreferat erhalten die Teilnehmenden familientaugliche und praktische Tipps.

Für Mütter und Väter von 0- bis 6-jährigen Kindern

Impuls 3 **Fit für die Schule und die Zukunft? Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können**

**Reto Cadosch, Erwachsenenbildner FA, Lehrer & Dozent
PHGR, Leiter Elternbildung**

Die Welt entwickelt sich in rasantem Tempo weiter. Erziehende und Schulen stehen vor der Herausforderung, Schritt zu halten. Der Wandel hinterlässt auch Spuren bei den Kindern und Jugendlichen, die zunehmend unter Leistungsdruck, Stress und Ängsten stehen. Wie haben gesellschaftliche Veränderungen das Erziehungsverhalten beeinflusst? Und wie können Eltern die Kinder fit machen für die Schule und Welt von heute und morgen? Die Teilnehmenden erhalten Informationen, Tipps für den Familienalltag und Gelegenheit für Fragen.

Für Mütter und Väter von 4- bis 12-jährigen Kindern

Impuls 4 **Brawl Stars mit 8 oder Handy ab 14?**

zischtig.ch

Über die Zeit von Primarschule bis Oberstufe verändert sich in der Mediennutzung derart viel, dass Regeln selten Bestand haben und Eltern sich immer wieder auf neue Konflikte einstellen müssen. Sie erhalten aktuelle Einsichten und die wichtigsten Tipps für das Überleben mit Smartwatch, Handy und Konsole. Mit praktischen Tools für den Alltag.

Für Mütter und Väter von 8- bis 15-jährigen Kindern und Jugendlichen

Impuls 5 **Pubertät – gelassen durch stürmische Zeiten**

**Doris Zraggen, Familienberaterin und Seminarleiterin
familylab, pädagogische Mitarbeiterin HPS**

**Ursula Meienhofer, Sozialpädagogin HFS, Seminarleiterin
familylab, Jugend- und Familienbegleiterin Stadt Wil**

Plötzlich verändert sich alles: die Stimmung und der Umgang miteinander. Die Pubertät ist eine herausfordernde Zeit – für die Jugendlichen und die Eltern. Wie sieht die neue Elternrolle aus? Teilnehmende dieses Impulsreferates erfahren anhand persönlicher Beispiele, wie ein respektvolles Miteinander ohne Machtkampf möglich ist und erhalten Tipps, damit die Eltern-Kind-Beziehung aus dieser Phase gestärkt hervorgehen kann.

Für Mütter und Väter von 10- bis 18-jährigen Kindern und Jugendlichen

Impuls 6 **«Familienglück» – Was können Eltern dazu beitragen?**

**Rita Girzone, Integrative Beraterin IBP, Elternberaterin
Elternnotruf Zürich**

Die Teilnehmenden erhalten Anregungen, wie sie sowohl in harmonischen als auch in schwierigen Zeiten Raum für Gefühle schaffen, Beziehungen stärken und mehr Freude und Dankbarkeit im Familienalltag erleben können. Theoretische Inputs, Denkanstösse und Übungen ermöglichen eine praxisnahe Auseinandersetzung mit dem Thema. Einfache Glücksmomente sind inbegriffen!

Für alle Mütter und Väter

Impuls 7 **Mental Load – der ständige Stress im Kopf**

Dr. Filomena Sabatella, Psychologin

Beim Mental Load geht es nicht darum, wer die Arbeit macht, sondern wer daran denkt, diese zu machen. Diese unsichtbare Denkarbeit kann sehr belastend sein. Besonders mit Kindern kann die Belastung enorm ansteigen. Am Impulsreferat erfahren Eltern, was Mental Load ist, wie er Partnerschaften beeinflusst, und es werden Strategien besprochen, um die Belastung zu reduzieren und besser damit umzugehen.

Für alle Mütter und Väter

Impuls 8 **Beziehungsfördernde Kommunikation im Erziehungsalltag**

**Barbara Forster-Zanettin, Familien- und Kommunikations-
trainerin, Primarlehrerin**

Die Kommunikation hat grosse Auswirkungen auf die Qualität von Beziehungen und somit auch auf das Klima in der Familie. An diesem spannenden Impulsreferat mit zahlreichen Alltagsbeispielen erfahren die Teilnehmenden, wie miteinander reden, gegenseitiges Zuhören und der Umgang mit Konflikten mit mehr Gelassenheit gelingt. Die Eltern erhalten konkrete Tipps, die sie direkt im Alltag umsetzen können.

Für alle Mütter und Väter

Kosten Fr. 50.– pro Person, Fr. 90.– pro Paar; inkl. Verpflegung

Fr. 35.– für Inhaber/innen der KulturLegi Kanton Zürich



Kinderbetreuung Eine professionelle Kinderbetreuung steht für Kinder ab 3 Jahren zur Verfügung. Kosten: Fr. 15.– pro Kind. Eine Anmeldung ist erforderlich und verbindlich. Die Anzahl der Plätze ist beschränkt. Eintreffen bis 8.30 Uhr

Kontakt Amt für Jugend und Berufsberatung, Geschäftsstelle Elternbildung
Tel. 043 259 79 30, ebzh@ajb.zh.ch

Anmeldung Bitte melden Sie sich an bis zum 28. April 2025
via Online-Formular:

www.zh.ch/elternbildungstag



Die Anzahl der Plätze ist beschränkt.
Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres
Eingangs berücksichtigt. Die Anmeldung ist
verbindlich.

Bei Abmeldungen nach dem 28. April 2025 wird
der Betrag in Rechnung gestellt. Aus technischen
Gründen wird die Rechnung erst nach der Veran-
staltung zugestellt.

Ort Alte Kaserne Kulturzentrum, Technikumstrasse 8, 8400 Winterthur

Anreise **Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln:**

Ab Bahnhof Winterthur mit Bus Nr. 2 in Richtung «Seen» oder
Bus Nr. 3 in Richtung «Oberseen» bis Haltestelle «Technikum»

Mit dem Auto:

Keine Parkplätze vorhanden, Parkhaus «Technikum Nord» in unmittelbarer Nähe

Noch mehr Spannendes aus der Elternbildung:

www.fuersleben gut.ch

Das Online-Magazin mit Expertentipps, Hintergrundinfos
und Geschichten zum Familienleben.

fürs
Leben
gut

In Kooperation mit der Stadt Winterthur

Stadt Winterthur



Amt für Jugend und Berufsberatung | Geschäftsstelle Elternbildung
Zweierstrasse 25 | 8090 Zürich | www.zh.ch/elternbildung