



Kanton Zürich  
Bildungsdirektion

Elternbildung  
Amt für Jugend und Berufsberatung

# Stark im Familienalltag

## Kantonaler Elternbildungstag



**Samstag, 15. Juni 2024,  
8.30–13.45 Uhr  
Alte Kaserne Kulturzentrum,  
Winterthur**

**Die Frage, welche Auswirkungen die Digitalisierung auf die Hirnentwicklung unserer Kinder und Jugendlichen hat, ist aktuell in aller Munde und wird breit und intensiv diskutiert. Im Hauptreferat des diesjährigen Elternbildungstages nimmt uns der renommierte und weltbekannte Hirnforscher Lutz Jäncke mit auf eine faszinierende Reise durch die Entwicklung des menschlichen Gehirns.**

**Weitere Impulse für einen vielseitigen Erziehungsalltag finden Sie im breit gefächerten Workshopangebot.**

**Wir heissen Sie herzlich willkommen!**

---

**Datum** Samstag, 15. Juni 2024, 8.30–13.45 Uhr

---

**Ort** Alte Kaserne Kulturzentrum, Winterthur

---

### **Programm**

---

**ab 8.30 Uhr** Eintreffen und Anmeldung

---

**9.00 Uhr Begrüssung**

Geschäftsstelle Elternbildung, Amt für Jugend und Berufsberatung

#### **Grusswort**

Martin Wiggli, Amt für Jugend und Berufsberatung,  
Geschäftsführer Bezirke Andelfingen und Winterthur

---

**9.15 Uhr Hauptreferat**

#### **Das kindliche Hirn im digitalen Zeitalter**

Prof. em. Dr. Lutz Jäncke, Psychologisches Institut der  
Universität Zürich

---

**10.15 Uhr** Pause

---

**10.30 Uhr Workshops** (1. Durchgang)

---

**11.45 Uhr Mittagspause** mit Stehlunch

---

**12.30 Uhr Workshops** (2. Durchgang)

---

**13.45 Uhr** Ende der Veranstaltung

---

# Hauptreferat

## Das kindliche Hirn im digitalen Zeitalter

Prof. em. Dr. Lutz Jäncke, Psychologisches Institut der Universität Zürich

Was Kinder und Jugendliche tagtäglich tun, ist von entscheidender Bedeutung für die Entwicklung ihres Gehirns. Durch die lange Entwicklung der kindlichen Hirnstruktur reifen auch wichtige psychische Fähigkeiten spät und funktionieren erst nach der Pubertät wie bei Erwachsenen. Welchen Einfluss hat die digitale Welt auf das kindliche Gehirn und das kindliche Verhalten? Und welche Konsequenzen ergeben sich daraus für den Umgang mit Kindern und Jugendlichen im Alltag?

Für alle Mütter und Väter

## Workshops

### Zwei zur Wahl

Workshop 1

#### Werdende Geschwister begleiten

Karin Handschin, Pädagogin, Erwachsenenbildnerin und Elternberaterin

Wenn die Familie wächst, ist das nicht nur für Eltern, sondern auch für werdende Geschwister ein aufregendes Ereignis. Wie verhalten sich werdende und frischgebackene Geschwister, was brauchen sie rund um die Ankunft eines Babys und wie können Eltern sie liebevoll und einfühlsam durch diese intensive Phase begleiten?

Für alle Mütter und Väter, die ein weiteres Kind erwarten

Workshop 2

#### «Du hast angefangen – Nein, du!»

#### Konflikte zwischen Kindern gut begleiten

Maya Risch, Familienberaterin, Eltern- und Erwachsenenbildnerin, familylab-Seminarleiterin

Kinder lernen viel dabei, wenn sie mit anderen Kindern streiten. Im Workshop lernen Eltern, diese Konflikte konstruktiv zu begleiten und den Kindern Wege aufzuzeigen, wie sie fair streiten, Konflikte aushalten und wieder Frieden finden können. Die Eltern erhalten Handlungsstrategien und können mithilfe von Perspektivenwechsel besser verstehen, was los ist bei den Streitenden.

Für Mütter und Väter von 2- bis 6-jährigen Kindern

Workshop 3 **Kindertrauer ist bunt**

**Christiane Burgert-Rothmaier, Familientrauerbegleiterin**

Kinder erleben Abschied und Tod. Im Workshop erfahren Eltern, weshalb «darüber reden» wichtig ist, und lernen Rituale und Bilderbücher kennen, die durch schwierige Zeiten tragen. Die Eltern erweitern ihr Wissen, wie Kinder sich den Tod vorstellen und wie sie trauern. Im Workshop können sie ihre eigenen Fragen und Gedanken einbringen.

**Für Mütter und Väter von 4- bis 10-jährigen Kindern**

Workshop 4 **Resilienz – mein Kind schafft das**

**Gabi Woerlen, Eltern- und Erwachsenenbildnerin,  
Bereichsleitung Elternbildung Fachschule Viventa**

Eltern wünschen ihren Kindern Widerstandskraft. Sie hoffen, die Kinder sind gerüstet für alle herausfordernden Momente, und fragen sich, was sie dazu beitragen können. Was heisst Resilienz eigentlich? Was können Eltern dafür tun, damit ihre Töchter und Söhne stark, zuversichtlich und vertrauensvoll im Leben stehen? Die Teilnehmenden erwartet ein Workshop voller Fragen, Informationen und gemeinsam gefundener Antworten.

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

Workshop 5 **Kinder und Jugendliche im Schulstress:  
wie Eltern helfen können**

**Rita-Lena Klein, diplomierte Psychologin FH und zertifizierter  
Lerncoach**

Kinder und Jugendliche sehen sich vermehrt hohen Erwartungen und Leistungsdruck ausgesetzt. Nicht selten macht sich Überforderung bemerkbar. Eltern erhalten theoretische Inputs zu Stress, dessen Folgen und Bewältigung. Sie werden dank Austausch, Reflexion und konkreten Übungen aber auch eingeladen, sich aktiv damit auseinanderzusetzen, wie sie ihre Kinder bei Schulstress stärken und unterstützen können.

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

## Workshop 6

### **Digitale Medien und Jugendsexualität**

**Fedor Spirig, Sexualpädagoge, Fachstelle liebesexundsoweiter**

Digitale Medien bieten Kindern und Jugendlichen Raum, sich über Sexualität zu informieren und Neues kennenzulernen. Doch nicht alles ist sinnvoll und unproblematisch. Welche Fragen und Unsicherheiten kann Pornografie bei Jugendlichen auslösen? Was sind Risiken bei Selbstdarstellung in sozialen Medien? Eltern sollen in diesem Workshop ermutigt werden, Kinder und Jugendliche auch beim Thema «Medien und Sexualität» zu begleiten.

**Für Mütter und Väter von 11- bis 16-jährigen Kindern und Jugendlichen**

## Workshop 7

### **Verliebt, verlobt, verheiratet, Kind: wie Eltern Paare bleiben**

**Nancy Glisoni, Paar- und Sexualtherapeutin, Autorin**

Irgendwo zwischen Wäschebergen, Job, Kinderspielzeug, Alltag und Routine ist die Liebe verschwunden. Wenn ein Paar zu Eltern wird, ist das auf lange Zeit ein Härtestest für die Beziehung. Es braucht den Mut und den Wunsch, sich auf diese Lebensphase einzulassen und zum kompetenten Elternteam zu werden. Dieser Workshop gibt Anregungen, wie Eltern neben all dem Alltagsstress noch ein Liebespaar bleiben und sich als Paar nicht verlieren.

**Für alle Mütter und Väter**

## Workshop 8

### **Equally shared parenting**

**Michael Kuhnen, diplomierter systemischer Coach und Berater  
Rebekka Erdin, familylab-Seminarleiterin und Hebamme**

Sich das Elternsein als Paar gleichberechtigt aufteilen – mit allen Freuden und Pflichten: Was sind die Vorteile und Nachteile dieses Modells? Was sind Gelingfaktoren und Stolpersteine? Und wie kann man es auch wirklich umsetzen? In diesem Workshop erhalten Eltern Einblick und Antworten aus der weiblichen und männlichen Perspektive – von zwei Fachleuten, die dieses Modell in ihren eigenen Familien leben.

**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  
3. Juni 2024 via Online-Formular:  
[www.zh.ch/elternbildungstag](http://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 3. Juni 2024 wird der Betrag in  
Rechnung gestellt.  
Aus technischen Gründen wird die Rechnung  
erst nach der Veranstaltung 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.fuerslebengut.ch](http://www.fuerslebengut.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](http://www.zh.ch/elternbildung)