

Neues erfahren

Meine Grenzen- deine Grenzen - Elternkurs I Zimmer 6

«Kinder brauchen Grenzen!» Ein Satz, der aus aller Munde zu hören ist. Aber brauchen Kinder wirklich Grenzen? Familientherapeut Jesper Juul sieht das etwas anders: Kinder brauchen keine Grenzen, sie haben Grenzen, so wie auch wir Erwachsenen unsere Grenzen haben. Für ein Zusammenleben als Familie müssen wir unsere eigenen individuellen Grenzen erkennen und klar kommunizieren.

Ein Abend im Dialog mit Eltern, die sich etwas genauer mit dem Thema «Grenzen» auseinandersetzen möchten.

Montag, 19. September
19:00 - 21:30

Leitung: Miriam Skvaro, Kursleiterin familylab
Kosten: 27.- CHF pro Einzelperson, 48.- CHF pro Paar
Anmeldung: mskvaro@familylab.ch

Familylab - Elterngruppe I Zimmer 6

Wir setzen uns mit der Haltung des dänischen Familientherapeuten Jesper Juul auseinander und bringen diese in einen direkten Zusammenhang mit unseren eigenen Erfahrungen als Eltern.

An jedem der fünf Treffen steht ein anderes Thema im Vordergrund und bietet die Basis für den Dialog.

Mittwoch, 26.10, 07.12, 11.01, 22.02, 29.03
19:00 - 21:00

Leitung: Käthi Tanner-Winzeler, Kursleiterin familylab
Kosten: 230.- CHF pro Einzelperson, 390.- CHF pro Paar
Anmeldung: kaethi.tanner@bluewin.ch

Musik entdecken - Workshop für Eltern und Kinder von 0 - 3 Jahren I Zimmer 6

Musik beruhigt, bewegt und belebt!

Musik fördert bei Kindern neben der Gedächtnis- und Sprachentwicklung auch die motorischen Fähigkeiten. Den Eltern wird gezeigt, wie sie ihr Kind mit Musik, der Stimme und gezielten Techniken in seiner Entwicklung unterstützen können. Eltern erfahren, wie wichtig der Einbezug von Musik in der Kindesentwicklung ist - dafür brauchen Eltern keine besonderen musikalischen Fähigkeiten und müssen kein Instrument spielen.

Samstag, 29. Oktober
10:00 - 11:30

Leitung: Verena Barbera, Musiktherapeutin
Auskunft: 076 582 90 96
Kosten: 20.- CHF pro Familie
Anmeldung: mail@musiktherapie-barbera.ch

Neue Autorität - Kurs für Eltern und Fachpersonen Kinderbetreuung I Zimmer 6

Neue Autorität hat nichts zu tun mit autoritärer Erziehung, bei der es um Macht und Ohnmacht und um Angst vor Bestrafung geht. Neue Autorität gründet auf Präsenz und Nähe, auf Selbstkontrolle und Gewaltfreiheit - sie bedeutet Stärke statt Macht. Und sie verhilft Eltern wieder zu einer Stimme, die gehört wird, aber auch zu mehr Gelassenheit im Familienalltag. Im Kurs werden Haltung und Methoden der Neuen Autorität vermittelt.

Der Kurs dauert zwei Abende und richtet sich an Eltern mit Kindern im Vorschul- und Schulalter, sowie an Fachpersonen Kinderbetreuung.

Dienstag, 15. und 29. November
19:00 - 21:00

Leitung: Fritz Kubli, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, Jugendberatung Schaffhausen
Kosten: keine
Anmeldung: fritz.kubli@stsh.ch

Eltern-Kind-Gruppen

Krabbelgruppen I Zimmer 6

Mütter und Väter mit Babys und Kleinkindern von 0 - 2 Jahren treffen sich regelmässig einmal wöchentlich, um sich kennenzulernen, zu plaudern, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam mit den Kindern zu spielen (ohne fachliche Begleitung).

Melden Sie sich bei Interesse: Barbara Raulf, 052 632 58 08, familienzentrum@stsh.ch

Krabbelgruppe mit fachlicher Begleitung I Zimmer 6

Eltern mit Kindern von 0 - 3 Jahren begegnen sich und finden Zeit zum Beobachten und Staunen über die Einzigartigkeit ihrer Kinder. Die vielfältigen Themen aus dem Familienalltag finden Platz und werden in der Diskussion einfühlsam durch Fachpersonen begleitet. Die Kinder erhalten Raum und Gelegenheit für Bewegung und Lernerfahrung und insbesondere für soziale Kontakte in der Gruppe.

Jeden Freitag, 14:30 - 16:00
Start: 02. September

Leitung: Ursula Blumer/Beatrice Spescha
Auskunft: Barbara Raulf, 052 632 58 08
Kosten: 100.- CHF pro Familie und Semester
Anmeldung: info@begleitung-ursula-blumer.ch

Interkultureller Familientreff I Zimmer 6

Eltern mit Kindern von 0 - 3 spielen gemeinsam, bewegen sich, erleben und lachen zusammen. Durch den gegenseitigen Austausch kann Neues kennengelernt und Altbekanntes weitergegeben werden. Eine Fachperson des Schweizerischen Arbeiterhilfswerks (SAH) Schaffhausen und eine interkulturelle Vermittlerin begleiten den Treffpunkt.

Jeden Dienstag, 14:30 - 16:30
ausser während der Schulferien
Start: 16. August

Auskunft: Anna Brügel, Bereichsleitung Sprache und Integration, SAH Schaffhausen, 052 533 59 20
anna.bruegel@sah-sh.ch
Kosten: keine
Anmeldung: keine Anmeldung nötig

Treffpunkt "Be Together" für Familien aus der Ukraine I Bistro

Der Treffpunkt bietet Gelegenheit für Gespräche, Begegnung, Vernetzung und Informationsaustausch unter ukrainischen Eltern mit ihren Kindern von 0 - 4 Jahren.

Jeden Montag, 09:00 - 11:00

Leitung: Soroptimist International, Club Schaffhausen
Auskunft: Barbara Raulf, 052 632 58 08
Kosten: keine
Anmeldung: Keine Anmeldung nötig

Selbsthilfegruppe

Regenbogen - Selbsthilfegruppe I Raum leise

Für Eltern, die um ein Kind trauern. Eltern treffen sich einmal im Monat, um gemeinsam an ihre verstorbenen Kinder zu denken. Die Eltern haben die Möglichkeit, sich mit gleich betroffenen Eltern auszutauschen und sich gegenseitig Liebe, Verständnis, Trost und Hoffnung auf dem Weg der Trauer zu schenken.

Jeweils am 2. Mittwoch im Monat, 14.09, 12.10, 09.11, 14.12
19:30 - 21:00

Auskunft: Wolfgang Pfalzgraf, 079 452 97 91
Wolfgang@Pfalzgraf.ch
Verein-Regenbogen.ch

Eine Papillon-Gruppe - für Eltern, die ihr Kind während der Schwangerschaft, Geburt oder kurz danach verloren haben - ist im Aufbau. Kontakt für interessierte Betroffene: Katharina Kolb: katharina.kolb@gmx.ch.

Treffpunkte

Bistro mit Spiellandschaft

Der Treff mit Cafébetrieb und Spielbereich für Kleinkinder bietet Gelegenheit für Gespräche, Begegnung, Vernetzung und Informationsaustausch.

Dienstag - Freitag, 09:00 - 17:00
Samstag, 10:00 - 15:00

Auskunft: Barbara Raulf, 052 632 58 08
familienzentrum@stsh.ch

Hebammenbistro I Bistro

Werdende und gewordene Eltern können sich über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett austauschen und ihre Erfahrungen teilen.

Freipraktizierende Hebammen sind anwesend und beantworten gerne Fragen.

Jeden Donnerstag, 9:30 - 11:30
ausser während der Schulferien

Auskunft: Irmela Pfalzgraf, 078 654 32 10
Kosten: keine
Anmeldung: keine Anmeldung nötig

parentu-Café I Bistro

parentu - die App für informierte Eltern - schickt Informationen und Anregungen zur Erziehung und zur kindlichen Entwicklung via Push-Nachrichten direkt auf das Smartphone von Eltern und Erziehungsverantwortlichen. In der App gibt es zudem aktuelle Infos über die Angebote und Veranstaltungen in Ihrer Gemeinde.

Im parentu-Café zeigen wir Ihnen, wie Sie die App kostenlos herunterladen und in Ihrer Sprache nutzen können.

Jeden 2. und 4. Freitag im Monat, 9:30 - 11:30

Auskunft: Laura Keller, 079 734 19 28
Kosten: keine
Anmeldung: keine Anmeldung nötig

Kindercoiffeuse I Raum leise

Kinder bis 5 Jahre können sich im Familienzentrum unkompliziert die Haare schneiden lassen. Mit Geduld und Freude schneidet Ghada Shekho Ihren Kindern einen neuen Haarschnitt oder kürzt die Spitzen.

Jeden 1. Samstag im Monat, 10:00 - 13:00

Leitung: Ghada Shekho
Kosten: nach Aufwand zwischen 5.- CHF und 20.- CHF
Anmeldung: erwünscht, nicht zwingend, 077 928 44 33

Neu

Beckenbodentraining in der Schwangerschaft I Zimmer 6

In Bewegung bleiben und sich mit wachsendem Bauch begleiten lassen, um Beschwerden zu minimieren. Durch Haltung, Atmung, Kräftigung, Entspannung und Bewegung wird das Wohlbefinden gesteigert und Sie können sich optimal auf die Geburt vorbereiten.

Begleitet von einer Fachfrau Beckenboden in Schwangerschaft und Rückbildung. Der Kurs findet 1x wöchentlich statt und dauert 7 Wochen.

Montags, 18:30 - 19:30, 7 Abende
Start: 03. Oktober

Leitung: Fiona Mae Poppitz
Auskunft: 076 804 11 12
Kosten: 210.- CHF
Anmeldung: info@beckenbodentraining.ch

Rückbildung I Zimmer 6

In diesem Kurs dürfen Sie sich nach der Geburt Zeit für sich und Ihren Beckenboden nehmen. Die Wichtigkeit der Rückbildung für den Körper ist nicht zu unterschätzen und braucht Zeit. Der Beckenboden wird mit sanften Übungen wieder in die alte Form zurück gebracht und für den Alltag gestärkt.

Begleitet von einer Fachfrau Beckenboden in Schwangerschaft und Rückbildung. Der Kurs findet 1x wöchentlich statt und dauert 7 Wochen.

Montags, 20:00 - 21:00, 7 Abende
Start: 03. Oktober

Leitung: Fiona Mae Poppitz
Auskunft: 076 804 11 12
Kosten: 210.- CHF
Anmeldung: info@beckenbodentraining.ch

Beratung

Beratung und Unterstützung für den Familienalltag

Die Betriebsleiterin des Familienzentrums bietet allen Eltern die Möglichkeit von Information und Beratung im persönlichen Gespräch.

Barbara Raulf, 052 632 58 08, barbara.raulf@stsh.ch

Familienzentrum Schaffhausen



Informationen Agenda August bis Dezember 2022



Mütter- und Väterberatung | Beratungsraum MVB

Fachpersonen beraten und unterstützen Eltern und Betreuungspersonen von Säuglingen und Kindern bis 5 Jahre zu den Themen Stillen, Ernährung, Entwicklung, Erziehung, Pflege und gesundheitsförderndes Verhalten. Sie vermitteln Kontaktadressen zu weiteren Fach- und Beratungsstellen.

Jeden Montag 09:00 - 11:00, 14:00 - 16:00	Beraterin: Auskunft: Kosten: Anmeldung:	Katja Widmer, Mütterberaterin katja.widmer@stsh.ch, 052 632 51 20 keine nur nötig für Termine ausserhalb Montag oder Donnerstag
--	--	---

Stilltreff La Leche - Treffpunkt für stillende und werdende Mütter | Raum leise

Die Stillberaterinnen der La Leche League Schweiz begleiten und beraten Mütter während ihrer Stillzeit. In gemütlicher Runde werden Erfahrungen ausgetauscht, Fragen und Probleme können vor Ort angeschaut werden.

Jeden 3. Freitag im Monat 19.08, 16.09, 21.10, 18.11, 16.12 09:30 - 11:00	Leitung: Auskunft: Kosten: Anmeldung:	Anja Langenbach, 078 823 39 44 anja.langenbach@lalecheleague.ch keine keine Anmeldung nötig
--	--	--

Tragetreff | Raum leise

Offener Treffpunkt für Trageeltern und Interessierte zum Austausch. Trageberaterinnen stehen ihnen mit ihrem Fachwissen für Fragen, Tipps und Tricks rund um das Tragen von Babys und Kleinkindern zur Verfügung.

Dienstag, 09:30 - 11:00 16.08, 06.09, 27.09, 25.10, 08.11, 06.12	Leitung: Auskunft: Kosten: Anmeldung:	Sandrina Fuchs-Loosli, 078 602 46 17 Tragen-Schaffhausen; www.tragen-schaffhausen.ch sandrina.fuchs@tuechliebi.ch keine keine Anmeldung nötig
--	--	--

Schenk mir eine Geschichte

Leseanimationen in verschiedenen Sprachen | Zimmer 6

Gemeinsam mit Ihrem Kind oder Enkelkind hören Sie Geschichten. Sie schauen Bilderbücher an, spielen, singen und basteln.

Für Polnisch sprechende Eltern / Grosseltern mit ihren Kindern.

Dienstag, 17:00 - 18:30 13.09, 25.10, 08.11	Leitung:	Anna Pedretsch, 077 499 04 72
--	----------	-------------------------------

Für Spanisch sprechende Eltern / Grosseltern mit ihren Kindern.

Samstag, 10:00 - 11:30 27.08, 10.09, 12.11, 19.11, 10.12	Leitung:	Karen German, 079 384 75 02
--	----------	-----------------------------

Die Veranstaltungen sind jeweils kostenlos; es ist keine Anmeldung nötig.

Weitere Informationen auch auf www.integres.ch

Pubertät

Die Zyklus-Show - Mädchenworkshop | Zimmer 6

Liebevoll und im geschützten Rahmen lernen die Mädchen kennen und verstehen, was sich im Körper während der Pubertät verändert. Vor dem Workshop findet für die Mütter und Väter der Mädchen der Elternvortrag „Wenn Mädchen Frauen werden“ statt. Die Eltern erhalten Informationen zum MFM-Projekt® und lernen die Kursleiterin kennen.

04. November 19:30 - 21:00 Elternvortrag	Leitung: Kosten:	Irmela Pfalzgraf, Hebamme 120.- CHF (Elternabend und Mädchenworkshop)
--	---------------------	--

05. oder 06. November 10:00 - 17:00 Mädchenworkshop	Auskunft: Anmeldung:	Irmela Pfalzgraf, irmela@pfalzgraf.ch 078 654 32 10 bis 14 Tage vor dem Kurs bei Irmela Pfalzgraf
---	-------------------------	---

Bücherecke und Infothek

Bücher für Gross und Klein | Raum leise

Im Raum leise gibt es eine gemütliche Leseecke mit Bücherkisten für die Kinder. Damit sich ältere Geschwisterkinder nicht langweilen, finden Sie dort auch Comics und Bücher für ältere Kinder.

Informationen rund um die Familie | Infothek

Für Informationen rund um das Thema Familie, Erziehung und Bildung gibt es eine Infothek mit Flyern, Broschüren, Zeitschriften und Büchern.

Die Bücher dürfen auch ausgeliehen werden.

Veranstaltungen

August Jubiläumsfest Familienzentrum

Wir feiern 5 Jahre Familienzentrum. Plantschen und Spielen, Zusammensein und Geniessen! Draussen vor dem Familienzentrum, **Freitag, 19. August**, 16:00 - 20:00, nur bei trockenem Wetter (Verschiebedatum 26. August).

September Collagen-Crashkurs für Erwachsene

Ziel ist es, eine persönlich gefertigte Collagenarbeit zu erstellen. Werkzeuge und Material stehen zur Verfügung. **Samstag, 10. September**, 13:00 - 16:00; Kosten: 70.- CHF; Kursleiterin: Anja Rosline Roder, Artkulturdesignerin www.LadyLametta.com.

Kinderkleiderflohmarkt

Am **Sonntag, 25. September** findet der nächste Kinderkleiderflohmarkt statt. Weiter Informationen: www.mommynme.ch.

November Puppenspiel für Kinder ab 3 Jahren

Es wird ein Märchen mit Puppen erzählt. Dauer 20 Minuten. So können auch die Kleinsten das Märchen mit allen Sinnen erfahren. Mit Marianne Wenger, Yvette Padovan, Anna Idone, **Mittwoch, 23. November**, 15:00 - 16:00 (zwei Durchführungen).

Dezember Samichlaus-Geschichten aus dem Kamishibai-Koffer

Das japanische Papiertheater verzaubert Gross und Klein. Die Goldmund-Erzählerin Barbara Leutwiler lädt zu Samichlaus-Geschichten aus dem Kamishibai-Koffer ein (2 Geschichte, ca. 30 Min.). Für Kinder ab 3 Jahren. **Samstag, 03. Dezember**, 10:30 - 11:30; www.erzählkunst.ch.

Betriebsferien

Vom 19. Dezember bis 08. Januar bleibt das Familienzentrum geschlossen.

Weitere Informationen

Für aktuelle Informationen zu den Öffnungszeiten und zu den Durchführungen der Angebote besuchen Sie auch unsere Website.

www.familienzentrum-schaffhausen.ch



Familienzentrum Schaffhausen
Betriebsleitung Barbara Raulf
Kirchhofplatz 19
8200 Schaffhausen
052 632 58 08
barbara.raulf@stsh.ch