

## Produkte für die persönliche Naturapotheke



Samstag, 25. Mai 2019, 9–12 Uhr  
Schulküche der Sek Ermatingen, Fruthwilerstrasse 5, 8272 Ermatingen



Heilpflanzen- und Kräuterwissen gehören zu den elementaren Naturerfahrungen, die unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden positiv unterstützen können. Violette Tanner stellt ausgewählte Heilpflanzen vor. Gemeinsam entdecken wir die wohltuenden Anwendungen der Volksmedizin. Sie kreieren zusammen mit Ihren Kindern (ab 7 Jahren) verschiedene Kräuter- und Wohlfühlprodukte für die persönliche Naturapotheke, wie zum Beispiel Entzündungsgel, Ringelblumensalbe oder Raumspray.

Zeit: 9–12 Uhr

Kosten: Erwachsene Fr. 15.– / Kinder Fr. 10.–

**Kursleitung:** Violette Tanner, ausgebildete Heilpflanzenfachfrau, Autorin, Naturpädagogin und dreifache Mutter

**Anmeldung:** bis 23. April 2019 per Mail an: marion@elternforum-untersee.ch

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt und wird nach Eingang der Anmeldung berücksichtigt. Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Nichterscheinen wird der Betrag in Rechnung gestellt.

Produkte für die persönliche Naturapotheke

## Wir sind...

... Eltern der Region Untersee und Rhein, welche sich aktiv mit Erziehungsfragen auseinandersetzen. Uns ist ein Erfahrungsaustausch mit anderen Erziehenden und Fachleuten wichtig, denn alle Beteiligten profitieren voneinander.

## Wir erleben...

... mit unseren Kindern viel Freude, aber auch Unsicherheiten. Viele Eltern treten ohne besondere Vorbereitung in die Elternschaft ein. Aber auch «erfahrene» Erziehende werden durch Konflikte oder auch durch (berechtigte) Kritik der Kinder immer wieder verunsichert. Oft fühlen sich Eltern mit ihren Fragen alleine gelassen oder hilflos. Dauernde Veränderungen von Werten und Strukturen können zu Orientierungs- und Hilflosigkeit führen oder die Partnerschaft belasten.

## Unsere Ziele

Das Elternforum Untersee und Rhein will ein Ort des Gesprächs, des Austausches und der Weiterbildung in Erziehungsfragen sein. Es bietet Denkanstösse und vermittelt Wissen und Hilfestellung zu Themen wie Erziehung, Partnerschaft, Konfliktmanagement, Gesundheitsförderung, sowie Gewalt- und Suchtprophylaxe. Die Zusammenarbeit mit verschiedenen Institutionen soll gefördert werden.

## Das Elternforum Untersee und Rhein...

... wird unterstützt vom gemeinnützigen Frauenverein Steckborn, der Druckerei Steckborn und zahlreichen weiteren Partnern und Sponsoren für die einzelnen Veranstaltungen.

**Druckerei Steckborn**  
Bote vom Untersee und Rhein

www.druckerei-steckborn.ch  
www.bote-online.ch



... ist Mitglied der TAGEO (Thurgauische Arbeitsgemeinschaft für Elternorganisationen)



www.tageo.ch



Wer sind wir?

## Jahresprogramm 2019 und Portrait

www.elternforum-untersee.ch

## Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg



Mittwoch, 27. Februar 2019, 20 Uhr  
Gemeindehaus, Hauptstrasse 86, 8508 Homburg

Auf dem Weg des Erwachsenwerdens werden Kinder in verschiedenen Situationen – ob im Kindergarten, in der Familie oder in der Schule – mit kleinen oder grösseren Herausforderungen konfrontiert, die ihnen zu schaffen machen. Nicht immer fällt es ihnen dabei leicht, über die eigenen Empfindungen zu sprechen – vor allem dann, wenn das Bewusstsein über Gefühle und Bedürfnisse oder das Vertrauen fehlt, auch mit schwierigen Gefühlen angenommen zu werden. Kinder sind nicht aus eigener Kraft in der Lage, mit dieser Stimmungsschieflage zurechtzukommen. Sie benötigen hierfür die Unterstützung der Erziehungsperson.

Ziel dieses Vortrages ist, einen Einblick über Empathie im Sinne der Gewaltfreien Kommunikation zu vermitteln.

Referentin: Uschi Kellenberger, anerkannte Trainerin im Fachverband Gewaltfreie Kommunikation®.

## Bubenstärken - Buben stärken



Dienstag, 21. Mai 2019, 20 Uhr  
Aula Schulhaus Hub, 8266 Steckborn

Was ist das Spezielle an der Entwicklung der Buben? Wie unterscheidet sich diese von der Entwicklung der Mädchen? Wie kann ich meinen Sohn in den verschiedenen Entwicklungsphasen unterstützen? Was können Väter tun, um ihre Rolle als Vorbild zu stärken? Wie kann ich die Stärken meines Sohnes erkennen und fördern? Gewaltfreiheit in der Schule – wie können Eltern mit diesem Anspruch umgehen? Diese und weitere Fragen werden im Referat erörtert, welches sich an alle Eltern, nicht nur an Bubeneltern richtet!

Referent ist Lu Decurtins, Sozialpädagoge, Supervisor, Erwachsenenbildner und Buchautor «zwischen Teddybär und Supermann».

Link für Webseite:  
[www.jumpps.ch](http://www.jumpps.ch) (Lu Decurtins ist Co Präsident)  
[www.lu-decortins.ch](http://www.lu-decortins.ch)

## Weniger Druck. Mehr Kind.



Donnerstag, 26. September 2019, 20 Uhr  
Tannehüsli, Kath. Kirchgemeinde, Frauenfelderstrasse 11, 8264 Eschenz

Kinder sind geborene Lerner und von der Natur perfekt dafür ausgestattet. In keiner Lebensphase kann der Mensch so schnell und fundiert lernen, wie in der Kindheit. Dazu braucht es keinen Druck von aussen, sondern die Neugier, die Freude und das Spiel als angeborene Lernmotoren. Diese Spielqualitäten sind es auch, welche die jungen Menschen in ihrer Zukunft brauchen werden, basierend auf ihren Talenten und ihrer Leidenschaft.

Der Vortrag veranschaulicht die neusten Erkenntnisse aus der Neurobiologie und gibt Anregungen, wie wir diese Lernprozesse unterstützen können. Er macht Mut, die Kindheit zu schützen und darauf zu vertrauen, dass jedes Kind seine eigene, einmalige Bildung aufbaut. Diese ist später, trotz künstlicher Intelligenz, gefragt.

Referent: Christoph Bornhauser, Biologe, Vater von zwei Kindern und Leiter der Entwicklungsabteilung SBW Idea

## Digitale Medien - Blicken wir noch durch?



Donnerstag 14. November 2019, 20 Uhr  
Mehrzweckhalle der Primarschule Salenstein, Eugensbergstrasse 19, 8268 Salenstein

Die neue Medienwelt fordert und verunsichert viele Eltern. Wo liegen die Gefahren von Social Networks und dem dauernden Internetzugang über Smartphones? Weshalb sind Games so faszinierend? Wie können die Medien sinnvoll genutzt werden und was bringen Verbote?

Online-Kommunikation und Neue Medien (Social Media) bieten faszinierende Möglichkeiten, aber auch Gefahren von Missbrauch und Abhängigkeit. Kinder und Jugendliche nutzen Internet, Handy und soziale Netzwerke wie zum Beispiel Facebook, WhatsApp, Instagram, Snapchat, etc. intensiv. Bei Erwachsenen können mangelnde praktische Erfahrungen zu einer gewissen Rat- und Hilflosigkeit führen. Was bewirken diese Geräte und Medien? Wo liegen die Ressourcen und Gefahren für die Jugendlichen?

Referent: Daniele Lenzo, Medienexperte, MAS psychosoziale Beratung, Krisenmanager, Notfallpsychologe, Ehemaliger Inhaber neuemedien.ch, Vater von vier Jungs, Leiter verschiedener Fachstellen in den Bereichen: Digitale Medien, Extremismus, Jugendarbeit, Sozialarbeit, Radikalisierung

## Unser Angebot

Aktuelle Problemstellungen in Erziehungs- und Beziehungsfragen werden in Kursen, Vorträgen, Diskussionsrunden und Arbeitsgruppen aufgenommen.

## Veranstaltungen

Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie in der Presse, über die Kontaktadresse und auf unserer Webseite [www.elternforum-untersee.ch](http://www.elternforum-untersee.ch)

In der Regel wird pro Veranstaltung ein Unkostenbeitrag von Fr. 5.– pro Person erhoben. Danke.

## Kontaktadresse

Nadine Köstli  
Holderstöckliweg 3  
8507 Hörhausen  
Tel. 078 641 77 61  
[nadine.koestli@elternforum-untersee.ch](mailto:nadine.koestli@elternforum-untersee.ch)