

Übergang Fremdbetreuung – sich gemeinsam entwickeln und Unsicherheiten bewältigen

Übergänge bedeuten Loslassen und Vertrauen. Aber was bedeutet ein Übergang in die Fremdbetreuung für Ihr Kind? Welche Betreuungsmöglichkeiten gibt es in der Schweiz und wie können Sie bei der Suche vorgehen? Welche positiven und negativen Aspekte der verschiedenen Betreuungsmöglichkeiten sind zu beachten? Sind Sie auf der Suche nach einer Kita, Tagesfamilie, Nanny oder auch innerfamiliären Betreuung für Ihr Kind? Oder sind Sie noch unsicher, welche Betreuung infrage kommt?

Ein fachlicher Input und gemeinsamer Austausch sollen Ihnen helfen, Klarheit und Vertrauen zu finden, und eine ganz persönliche und individuelle Entscheidung für die Familie treffen zu können.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab Geburt bis 2-jährig

Datum Montag 26. April 2021, 14.30–16.00 Uhr

Leitung Denise Bossard, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF

Plötzlich Bruder – Plötzlich Schwester

Ein weiteres kleines Wunder vergrössert die Familie: Das ältere Geschwister steht plötzlich nicht mehr alleine im Mittelpunkt und wird von verschiedenen Emotionen wie Freude und Eifersucht begleitet. Auch im Tagesablauf gibt es oft Umstellungen, die viel Anpassungsleistung des älteren Geschwisters fordern. Wie kann das ältere Kind bereits im Voraus darauf vorbereitet werden und wie kann der Alltag mit einem neuen Geschwister gemeistert werden?

Das Impulsreferat sowie die anschliessende Diskussions- und Frageunde liefern Antworten und Tipps.

Zielgruppe Für alle interessierten Familien

Datum Montag, 19. April 2021, 14.30–16.00 Uhr

Leitung Silvia Gysel, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF
Petra Guggenbühl, Erziehungsberaterin, Psychologin MSc UZH

Wie Kinder schlafen lernen

Die Schlafgewohnheiten und der Schlafrhythmus eines Babys unterscheiden sich wesentlich von denjenigen eines Erwachsenen. Schlafstörungen gehören zu den häufigsten Verhaltensauffälligkeiten im Kindesalter.

Kann das kindliche Schlafverhalten positiv beeinflusst werden? Gibt es elterliche Verhaltensmuster oder Massnahmen, welche die Schlafgewohnheiten Ihres Kindes positiv beeinflussen?

Der Kurs vermittelt nicht nur Informationen rund um den Schlaf, sondern soll auch Eltern helfen, eine entspannte Haltung gegenüber der Nacht und somit zum kindlichen und eigenen Schlaf zu gewinnen.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab Geburt bis 3-jährig

Datum Donnerstag, 4. Februar 2021, 14.30–16.00 Uhr

Donnerstag, 8. April 2021, 14.30–16.00 Uhr

Dienstag, 15. Juni 2021, 10.00–11.30 Uhr via Zoom

Leitung Karin Laube, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF

Veranstungshinweise

Ort Flor Gesundheitszentrum, Loren-Allee 20, 8610 Uster

Kosten Das Angebot ist kostenlos.

Anmeldung Bitte melden Sie sich mit Name, Vorname und Geburtsdatum des Kindes und Name, Vorname, Adresse und Telefonnummer der Begleitperson an, jeweils bis spätestens eine Woche vor dem Kurstag unter Tel. 043 258 48 00 oder kjz.uster@ajb.zh.ch.

in Kooperation mit



kjz Uster | Schulweg 4 | 8610 Uster
Tel. 043 258 48 00 | kjz.uster@ajb.zh.ch | www.zh.ch/kjz-uster



Kanton Zürich
Bildungsdirektion

kjz Uster

Mit Eltern im Dialog

Impulsreferate für Familien mit Babys und Kleinkindern



Januar bis Juli 2021

Das Leben mit kleinen Kindern ist bunt und lebendig, herausfordernd und voller Fragen. Was tun, wenn das Baby krank ist und ungewohnte Symptome zeigt? Wie lernt das Kind Schritt für Schritt neue Lebensmittel wie Brei und Fingerfood kennen? Wie kann das Grundbedürfnis des Säuglings nach körperlicher Nähe erfüllt werden? Womit sollen Babys spielen?

Die Mütter- und Väterberaterinnen des kJz Uster informieren Sie mit ihrem Wissen und ihrer Erfahrung. Sie haben Gelegenheit, Ihre Fragen zu besprechen und sich mit anderen Eltern auszutauschen.

Veranstaltungen

Von der Milch zur festen Nahrung – Mit Lust und Freude an den Familientisch

In den ersten vier bis sechs Lebensmonaten erhält der Säugling ausschliesslich Muttermilch oder Säuglingsanfangsnahrung. Mit der Einführung der Beikost wird die Ernährung vielfältiger. Das Kind lernt Schritt für Schritt neue Lebensmittel in Form von Brei oder Fingerfood kennen.

Im Dialog mit der Mütter- und Väterberaterin erfahren Eltern mehr über die Varianten der Beikost und wann für Ihr Kind der richtige Zeitpunkt dafür ist.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab Geburt bis 1-jährig

Datum **Dienstag, 12. Januar 2021**, 14.30–16.00 Uhr
Montag, 15. März 2021, 14.30–16.00 Uhr **via Zoom**
Dienstag, 8. Juni 2021, 14.30–16.00 Uhr

Leitung Denise Bossard, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF

Ist mein Baby krank?

Fieber, Magen-Darm-Grippe, ein hartnäckiger Schnupfen – wenn Ihr Baby oder Kleinkind krank ist und ungewohnte Symptome zeigt, stellen sich Ihnen viele Fragen. Die Mütter- und Väterberaterin informiert Sie über die häufigsten Kinderkrankheiten, deren typische Symptome und deren Bedeutung für die Gesundheit Ihres Kindes. Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit Ihrem kranken Kind.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab Geburt bis 3-jährig

Datum **Dienstag, 23. Februar 2021**, 10.00–11.30 Uhr **via Zoom**
Donnerstag, 6. Mai 2021, 14.30–16.00 Uhr

Leitung Karin Laube, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF

Was will mir mein Baby sagen?

Ihr Baby zeigt Ihnen, ob es offen ist für Anregung, ob es sich selbst beruhigt oder ob es überreizt ist und Ruhe braucht. Das Erkennen dieser Signale hilft Ihnen, das Bedürfnis Ihres Babys nach Geborgenheit und Zuwendung zu stillen und stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Durch Berühren und Massieren vertiefen Sie den Kontakt zu Ihrem Baby und unterstützen dessen Wohlbefinden und Entspannung. An den Kurs Ihrer Wahl kommen Sie zusammen mit Ihrem Baby.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab 5 Wochen bis 5 Monate

Datum **Montag, 25. Januar 2021**, 14.30–16.00 Uhr
Montag, 31. Mai 2021, 14.30–16.00 Uhr

Leitung Silvia Gysel, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF

Mitbringen Ein Tuch als Unterlage für Ihr Baby.

Tragen für eine gesunde Entwicklung – Nähe und Geborgenheit geniessen

Ganz nah an Mamas oder Papas Körper fühlt sich das Baby sicher und geborgen. Das Tragen ermöglicht dem Kind einen sanften Start ins Leben und fördert die Bindung und die körperliche Entwicklung. Auch unruhige und überreizte Kinder können von der liebevollen Nähe profitieren und sich in Selbstberuhigung üben.

Nach einem kurzen theoretischen Input werden die verschiedenen Traghilfen erläutert und praktisch geübt. Herzlich willkommen sind Eltern mit Säuglingen und werdende Eltern.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab Geburt bis 6 Monate

Datum Termin nach Vereinbarung unter coralie.egli@ajb.zh.ch

Leitung Coralie Egli, Mütter- und Väterberaterin, Tragberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF

Spiel mit mir und rege meine Sinne an – Sinnes- und Spielentwicklung im ersten Lebensjahr

Spielen ist ab Geburt für jedes Baby die Basis einer guten Entwicklung. Durch Spielen lernen Kinder ihre Umgebung kennen und trainieren alle Sinne. Dies ermöglicht ihnen, sich zu entfalten und ihre Fähigkeiten zu entwickeln.

Wie spiele ich mit meinem Baby, um seine Entwicklung positiv zu beeinflussen? Nach einem Fachinput geht die Mütter- und Väterberaterin im Rahmen einer Diskussionsrunde auf Ihre Fragen ein.

Zielgruppe Eltern mit Kind ab Geburt bis 10 Monate

Datum **Montag, 8. März 2021**, 14.30–16.00 Uhr
Montag, 5. Juli 2021, 14.30–16.00 Uhr

Leitung Silvia Gysel, Mütter- und Väterberaterin und dipl. Pflegefachfrau HF