



ELTERN BILDUNG WALD



PROGRAMM

SCHULJAHR 2025 / 2026

ELTERNBILDUNG KANTON ZÜRICH
SCHULE WALD / ELTERNRÄTE DER SCHULEN WALD / TAGESSTRUKTUREN WALD
VEREIN TRÄFFPUNKT WALD

ELTERNKURS

«SCHLUSS MIT SCHIMPFEN, STREITEN UND STRESS»

ALLE STUFEN

Schluss mit Schimpfen und streiten! Ein Online-Selbstlern-Kurs mit vier live Gruppenabenden, an denen Sie Ihre Erziehungsfragen stellen können. Sie können gemütlich zu Hause vieles über die Kindererziehung lernen, ganz nach Ihrem eigenen Zeitplan.

Der Kurs beinhaltet das praktischste und hilfreichste Wissen aus dem STEP-Kurs, der Neuen Autorität und der bindungs- und bedürfnisorientierten Erziehung. In acht interaktiven und sinnvoll aufeinander aufbauenden Video-Modulen lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie ihre Kinder gelassen durch die Stürme des Lebens manövrieren. Alle Inhalte werden aufgenommen und stehen Ihnen nach der Durchführung jederzeit zur Verfügung.

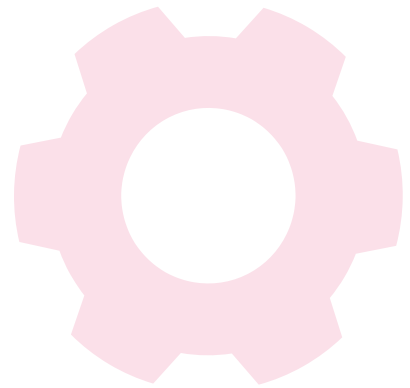
Durch den Kurs führt Maren Tromm, u. a. zertifizierte STEP-Elternkursleiterin, Gründerin der Elternschatzkiste (www.tromm-elternberatung.ch).

Termine 2025/2026: Montagabends von 20:15 bis 21:45 Uhr:

Montag, 20. Oktober: Modul 1 «So geht bindungs-, und bedürfnisorientiert»
Montag, 27. Oktober: Modul 2 «Mich und mein Kind besser verstehen»
Montag, 10. November: Fragen und Antworten
Montag, 24. November: Modul 3 «Selbstverantwortung, Selbststeuerung»
Montag, 01. Dezember: Modul 4 «Gewaltfreie Kommunikation (GFK)»
Montag, 15. Dezember: Fragen und Antworten
Montag, 12. Januar: Modul 5 «Was ist besser als Strafe?»
Montag, 19. Januar: Modul 6 «Umgang mit (Geschwister-) Streit»
Montag, 02. März: Fragen und Antworten
Montag, 09. März: Modul 7 «Kinder stark und selbstbewusst machen»
Montag, 16. März: Modul 8 «Umgang mit Niederlagen – Glück lernen»
Montag, 30. März: Fragen und Antworten - Abschluss

Kosten: Pro Person CHF 180.-, Paare CHF 290.-

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Dienstag, 15.10.2025



MITTWOCH, 12. NOVEMBER 2025 / 19.00 – 20.30 UHR

SCHULHAUS BURG

UPDATE-SUCHTPRÄVENTION

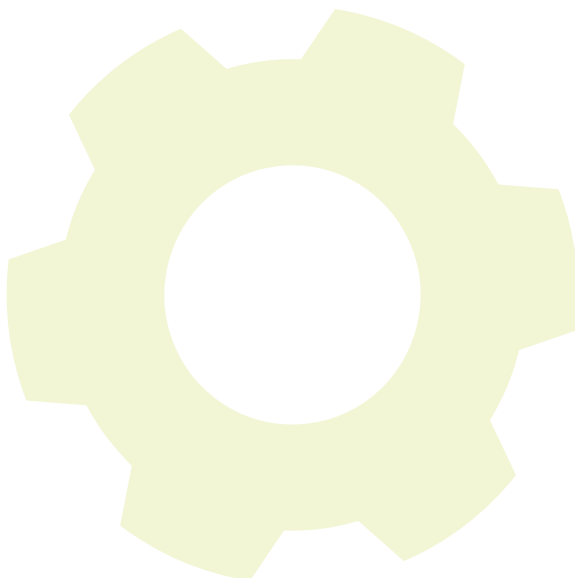
ZYKLUS 2b UND 3

Was genau konsumieren Jugendliche heute eigentlich? Welche Trends gibt es und was hat es z.B. mit diesem Vapen auf sich? Das Bedürfnis seine Grenzen auszutesten und Neues auszuprobieren, gehört durchaus zum Erwachsenwerden dazu. Als Eltern fragen Sie sich aber: Was ist noch normal? Wann muss ich mir Sorgen machen? Wie lernt mein Kind, verantwortungsvoll mit Substanzen umzugehen? Und wie kann ich mein Kind stärken?

In dieser Veranstaltung vermittelt die Suchtprävention Zürcher Oberland Eltern Informationen rund um das Thema Sucht, Konsum sowie Substanzen und gibt Anregungen für die Rolle als Eltern.

Kursleitung: Cornelia Iseli und Sandra Catuogno, Fachmitarbeiterinnen der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland (www.sucht-praevention.ch)

Anmeldung: Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Freitag, 7.11.2025



MFM-MÄDCHENPROJEKT

FÜR 10- BIS 12-JÄHRIGE MÄDCHEN UND DEREN ELTERN

Das MFM-Mädchenprojekt ist ein sexualpädagogisches Projekt bestehend aus einem Workshop für 10- bis 12-jährige Mädchen und einem Themenabend für deren Eltern.

Freitag, 16. Januar 2026, 19.30 – 21.30 Uhr

Elternvortrag: Wenn aus Mädchen Frauen werden

Der Vortrag ist Teil des Projekts und findet vor dem Workshop statt. Er richtet sich an die Eltern der Mädchen und andere interessierte Personen. An diesem Abend werden die Teilnehmenden auf eine wertschätzende Art und Weise mit dem faszinierenden Zyklusgeschehen der Frau und den Veränderungen in der Pubertät bekannt gemacht. Die Erfahrung zeigt, dass die Mädchen mehr vom Workshop profitieren, wenn sich auch die Eltern vorgängig eingehend mit dem Thema auseinandersetzen, ein gemeinsames Fundament bezüglich ihres Wissens schaffen, eine gemeinsame Sprache (wertschätzende Begriffe) sprechen können und die Kursleiterin kennen.

Samstag, 17. Januar 2026, 09.00 – 16.00 Uhr

Mädchen-Workshop: Die Zyklus-Show

Spielerisch erleben die Mädchen wie ein Kind entsteht, schlüpfen in die Rolle der verschiedenen Hormone und entschlüsseln als Detektivinnen die Geheimcodes des eigenen Körpers. So verstehen sie, was die Veränderungen in der Pubertät auslöst und warum die Eizelle den Sprung ins grosse Abenteuer wagt. Die Mädchen sehen, welchen Luxus der Körper in Erwartung eines hohen Gastes alles bereitstellt und können nachvollziehen, wie es zu ihrer (ersten) Blutung kommt. Das ausführliche Besprechen der Menstruation bereitet die Mädchen auf ihre monatliche Blutung vor, schenkt Vertrauen und weckt Stolz.

«Nur was ich schätze, kann ich schützen.» Leitgedanke MFM-Projekt®.

Weitere Informationen zum MFM-Projekt finden Sie unter www.mfm-projekt.ch.

Kursleitung: Estelle Eugster, MFM Kursleiterin

Kosten: CHF 80.- für den Themenabend und den Ganztages-Workshop

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Montag, 15.12.2025

MFM-JUNGENPROJEKT

FÜR 10- BIS 12-JÄHRIGE JUNGEN UND DEREN ELTERN

Das MFM-Jungenprojekt ist ein sexualpädagogisches Projekt bestehend aus einem Workshop für 10- bis 12-jährige Jungen und einem Themenabend für deren Eltern.

Freitag, 23. Januar 2026, 19.30 – 21.00 Uhr

Elternvortrag: Wenn aus Jungen Männer werden

Der Vortrag ist Teil des Projekts und findet vor dem Workshop statt. Er richtet sich an die Eltern der Jungen und andere interessierte Personen. An diesem Abend erwartet die Teilnehmenden ein neuartiger Blick auf die spannenden Vorgänge im Körper von Jungen während der Pubertät. Sie erleben eine Reise durch die inneren und äusseren Geschlechtsorgane des Mannes, die seine Fruchtbarkeit ermöglichen und eine faszinierende Darstellung des Zyklusgeschehens der Frau. Die Erfahrung zeigt, dass die Jungen mehr vom Workshop profitieren, wenn sich auch die Eltern vorgängig eingehend mit dem Thema auseinandersetzen, ein gemeinsames Fundament bezüglich ihres Wissens schaffen, eine gemeinsame Sprache (wertschätzende Begriffe) sprechen können und den Kursleiter kennen.

Samstag, 24. Januar 2026, 09.00 – 16.00 Uhr

Jungen-Workshop: Agenten auf dem Weg

In einem Abenteuerspiel schlüpfen die Jungen als Agenten in die Rolle der Spermien. Auf der Reise durch den männlichen und weiblichen Körper erleben sie zunächst das Heranreifen der Spermien im Hoden, besuchen ein Spezialausbildungscamp und erhalten die Ausrüstung für einen Geheimauftrag. Über weitere Stationen, wie z.B. die Snackbar und den Wildwasserkanal gelangen sie schliesslich in das Land des Lebens, wo die Sieger-Spermie am Ende der Mission eine Eizelle befruchtet und neues Leben entsteht. Hier erfahren sie auch, warum Mädchen eine Blutung und einen immer wiederkehrenden Zyklus haben. In „Happy Man“ werden die Jungen mit den körperlichen Veränderungen in der Pubertät vertraut gemacht.

«Nur was ich schätze, kann ich schützen.» Leitgedanke MFM-Projekt®.

Weitere Informationen zum MFM-Projekt finden Sie unter www.mfm-projekt.ch.

Kursleitung: Beat Schegg, MFM Kursleiter

Kosten: CHF 80.- für den Themenabend und den Ganztages-Workshop

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Montag, 15.12.2025



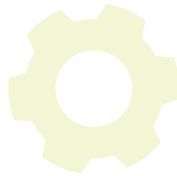
«HURRA, HURRA, DER KINDERGARTEN IST BALD DA!»

VORSCHULE

Der Eintritt in den Kindergarten und damit ins Schulsystem ist für das Kind als auch für die Eltern aufregend und wichtig. An dieser Veranstaltung lernen Eltern das Bildungssystem kennen und erfahren, wo ihre Kinder in der Entwicklung zu diesem Zeitpunkt stehen, Ausserdem machen sie sich Gedanken dazu, wie sie die Selbständigkeit fördern können, und erhalten Anregungen für eine mögliche konkrete Vorbereitung.

Kursleitung: Maya Risch, Familienberaterin, www.mayarisch.ch

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Freitag, 20.2.2026



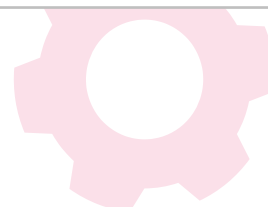
«BLÖDER BRUDER, FIESE SCHWESTER!»

VORSCHULE, ZYKLUS 1 UND 2

Geschwisterkinder streiten phasenweise oft, manchmal heftig und ausdauernd. Damit bringen sie ihre Eltern immer wieder in herausfordernde Situationen. In dieser Veranstaltung geht es darum, wie Eltern die Bedürfnisse der streitenden Geschwister erkennen, verstehen und darauf reagieren können. Sie erhalten konkrete Anregungen, wie sie mit ihren Kindern eine gute Konfliktkultur aufbauen und wie sie die Geschwisterbeziehung stärken können.

Kursleitung: Maren Tromm, Erziehungs- und Paarberaterin, Familientherapeutin,
Elternkursleiterin, Gründerin der Elternschatzkiste
<https://tromm-elternberatung.ch>

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Mittwoch, 4.3.2026



ACHTSAMKEIT FÜR MICH (UND DICH)

ALLE STUFEN, ERWACHSENE

Der Begriff Achtsamkeit hat sich mittlerweile zum Modewort entwickelt - doch was ist damit gemeint und woher kommt er? Im ersten Kursteil bekommen Sie eine kurze Einführung ins Thema, erleben praktische Übungen, die sich einfach im Alltag umsetzen lassen und mehr Gelassenheit im Alltag bringen können.

Am zweiten Kursabend tauschen wir unsere Erfahrungen aus, lernen weitere Übungen kennen und es bleibt Raum für persönliche Anliegen. Der Kurs basiert auf dem MBSR-Programm (Mindfulness-Based Stress Reduction) nach Jon Kabat-Zinn, worüber immer wieder in den Medien berichtet wird. Es geht an den Abenden nicht darum, wie ich meine Kinder achtsam erziehen kann, sondern Sie als Eltern stehen im Mittelpunkt.

Leitung: Ruth Kengelbacher, MBSR-Lehrerin, Achtsamkeitstrainerin, Mitglied MBSR-Verband, www.ruth-kengelbacher.ch

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Samstag, 14.3.2026

DATUM UND ZEIT WIRD NOCH BEKANNT GEGEBEN

TRÄFFPUNKT WALD

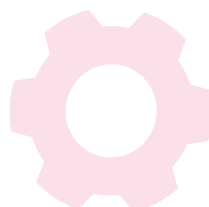
ERZIEHUNGSKURS «FAMILYLAB-ELTERNGRUPPE»

ELTERN

In den Familylab Elterngruppen geht es um eine Erziehung, bei der die Integrität des Kindes respektiert wird, ohne dass die Eltern ihre Integrität aufgeben müssen. Im Weiteren geht es um die Anerkennung von unterschiedlichen Perspektiven und Lebensentwürfen und einem gleichwürdigen Umgang im Miteinander.

Die fünf Treffen finden in einer Zeitspanne von ca. einem Jahr statt.

Kursleitung: Simone Zingg



DATUM UND ZEIT WIRD NOCH BEKANNT GEGEBEN

TRÄFFPUNKT WALD

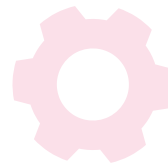
NOTHILFE FÜR KLEINKINDER

ELTERN VON KLEINKINDERN

Kursziel: Sicherheit erlangen im Umgang mit Kindernotfällen.

1. Abend: Grundkenntnisse Erste Hilfe, Herz-Kreislaufstillstand
2. Abend: Themen nach Teilnehmerwunsch, Vertiefung Kindernotfälle

Kursleitung: Renata Fahrni



DONNERSTAG, 7. MAI 2026 / 19:00 – 20:30 UHR

SCHULHAUS BURG

AUSGRENZUNGEN, MOBBING, CYBERMOBBING

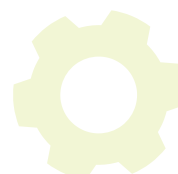
ALLE STUFEN

Ausgrenzung, Mobbing und Cybermobbing gehören zu den grossen Herausforderungen im Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen. Eltern spielen eine zentrale Rolle, wenn es darum geht, Anzeichen frühzeitig zu erkennen und ihre Kinder wirksam zu unterstützen. An diesem Abend erhalten Eltern Einblicke in die Dynamiken von Mobbing, lernen typische Warnsignale kennen und erfahren, wie sie ihre Kinder im Alltag stärken können. Der Anlass bietet neben fachlichen Inputs auch praxisnahe Beispiele und Raum für Fragen.

Kursleitung: Jana Frei, Sozialpädagogin, Fachstellenleiterin Gewaltprävention. Langjährige Erfahrung in der Begleitung von Schulen, Eltern und Jugendlichen im Bereich Gewalt- und Mobbingprävention.

www.gewalt-praevention.ch

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Samstag, 2.5.2026



KINDER IM ALLTAG ERMUTIGEN UND ORIENTIERUNG GEBEN «GIB MIR HALT, LASS MICH FREI»

VORSCHULE, ZYKLUS 1 UND 2

Viele Eltern wünschen sich, dass ihr Kind ein starkes Selbstvertrauen sowie soziale Fähigkeiten entwickelt. Sicherheit und Orientierung gebende Strukturen sind dafür genauso wichtig wie Freiräume und Bestärkung.

Eltern erhalten in diesem Referat konkrete Anregungen, wie sie ihr Kind klar, unterstützend und authentisch begleiten können und wie sie die sozialen Kompetenzen im Alltag fördern.

Kursleitung: Maren Tromm, Erziehungs- und Paarberaterin, Familientherapeutin, Elternkursleiterin, Gründerin der Elternschatzkiste
<https://tromm-elternberatung.ch>

Anmeldung: Via Klapp (Link anwählen, Onlineformular ausfüllen)
bis spätestens Samstag, 23.5.2026

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Sie erhalten hiermit einen Ausblick auf geplante Veranstaltungen der Elternbildung Wald. Sie werden über die einzelnen Anlässe jeweils separat informiert. Die Ausschreibungen erfolgen generell via Klapp, Plakate, Flyer und / oder online.

Sofern nicht anders vermerkt, ist der Besuch der Veranstaltungen kostenlos. Es gibt eine Türkollekte.

Bitte beachten Sie bei den Anlässen die betreffende Altersstufe, welche im Fokus steht:

Vorschule = Kinder vor Schuleintritt
Zyklus 1 = 1. Kindergarten bis 2. Primarschule
Zyklus 2 = 3. bis 6. Primarschule
Zyklus 3 = Oberstufe

Haben Sie Fragen oder Anregungen zu neuen Veranstaltungen? Möchten Sie selbst im Elternrat und der Elternbildung mitwirken? Bei Interesse freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme.

Thuong Phrakousonh
Leitung Tagesstrukturen
Elternbildung Wald
Telefon 079 522 18 82
elternbildung.wald@schule-wald.ch

Wald ZH, Stand 24. Oktober 2025