



Simone Wampfler-Freiburghaus (1971)  
Diemtigal

Familienfrau & Mutter von zwei Söhnen (Jg. 02 & 05),  
zertifizierte SESK-Kursleiterin & Stressbewältigungstrainerin,  
dipl. Mental Coach, Erwachsenenbildnerin SVEB II, Lehrerin/Schulleiterin.

Motto:  
Man kann einen Menschen nichts lehren.  
Man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken. (Galilei)



Der vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelte Elternkurs Starke Eltern – Starke Kinder® ist ein Angebot der gemeinnützigen Stiftung Kinderschutz Schweiz. Sie setzt sich als Fachstelle schweizweit dafür ein, dass alle Kinder in Schutz und Würde gewaltfrei aufwachsen können, dass ihre Rechte gewahrt werden und ihre Integrität geschützt wird.

[www.kinderschutz.ch](http://www.kinderschutz.ch)

## Starke Eltern – Starke Kinder® Mehr Freude mit Kindern

Kurs für Eltern von Kindern im Alter zwischen ca.  
2 und 10 Jahren

**Basiskurs: März/April 2020**

## Starke Eltern – Starke Kinder®

In jeder Familie gibt es Situationen, in denen Eltern Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen. Starke Eltern – Starke Kinder® hilft Ihnen, Ihre Erziehungskompetenzen zu erweitern und Ihr Selbstvertrauen zu stärken. Im Elternkurs – aufgeteilt in Basis- und Aufbaukurs – setzen Sie sich mit folgenden Fragen auseinander:

- » Was ist mir wichtig in der Erziehung?
- » Wie drücke ich meine Bedürfnisse und Gefühle aus?
- » Wie kann ich besser auf mein Kind eingehen und es ermutigen?
- » Wie setze ich Grenzen?
- » Wie lösen wir Probleme in der Familie?

### Themen im Basiskurs

Werte und Ressourcen, Bedürfnisse von Eltern und Kindern, Verbesserung der Kommunikation und entwicklungsfördernde Erziehung.

### Themen im Aufbaukurs

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, einen SESK-Aufbaukurs zu besuchen: Gefühle/Wut, Grenzen setzen, Phasen der Konfliktlösung, Strategien zur Problemlösung u.a.

### Arbeitsweise

Kurzinputs, Erfahrungsaustausch, Gruppenarbeit, praktische Übungen für den Alltag

### Daten:

Do, 5.3./12.3./19.3. und 2.4.2020  
Jeweils 19-21.30h

### Kursort

DorfHus Spiez, Spiez

### Kosten

CHF 180.– / Paare CHF 320.–

### Leitung

Simone Wampfler, Lehrerin, Erwachsenenbildnerin SVEB II, dipl. Mental Coach, zertifizierte SESK-Kursleiterin & Stressbewältigungstrainerin.

### Anmeldung

Simone Wampfler  
Pletschen 4  
3755 Horboden

[info@elemental-diemtigta.ch](mailto:info@elemental-diemtigta.ch)

Die Anmeldung zum Kurs ist verbindlich.

## Anmeldung Basiskurs Starke Eltern – Starke Kinder®

Vorname / Name

---

Strasse

---

PLZ / Ort

---

Telefon

---

Mail

---

Kinder / Alter

---

---

Datum / Unterschrift

---

**Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt und schriftlich bestätigt. Die Anmeldung ist verbindlich.**

### Einsenden an:

Simone Wampfler  
Pletschen 4  
3755 Horboden

[info@elemental-diemtigta.ch](mailto:info@elemental-diemtigta.ch)