KURSAGENDA

Elternbildung Bezirk Baden/Wettingen

2025/2026

Donnerstag, 18. September 2025 | 20.15 bis 21.45 Uhr **Mental Coaching**

Online via Zoom



ängste und andere Herausforderungen selbstbewusst zu meistern? Abgeleitet aus

der Sportpsychologie können mentale Kraftquellen, die in uns schlummern, genutzt werden. Aline Steinbrecher zeigt auf, wie mentale Stärke hilft, den schulischen Alltag erfolgreich zu meistern und Blockaden zu überwinden. Leitung **Dr. Aline Steinbrecher** Sport Mental Coach Magglingen für Kinder und Jugendliche

Kosten CHF 40.— pro Familie Anmeldung: www.elternrunde.ch

Mittwoch, 24. September 2025 | 20.15 bis 21.45 Uhr Kinder fürs Leben stärken

Der bekannte Neurobiologe Prof. Dr. Gerald Hüther spricht mit Maren Tromm darüber, warum Kinder

manchmal einfach nicht »funktionieren« und was dahintersteckt. Gemeinsam werfen sie einen liebevollen Blick darauf, wie Kinder ein stabiles inneres Gerüst entwickeln und zu selbstbewussten, beziehungsfähigen

Was Kinder wirklich brauchen

statt Druck, mit Beziehung statt Perfektion. Für mehr Leichtigkeit und echtes Wachstum in der Familie. Maren Tromm im Gespräch mit Prof. Dr. Gerald Hüther Leitung bekanntester deutscher Hirnforscher, regelmässig in Rundfunk und Fernsehen, Autor, Gründer Akademie für Potentialentfaltung Ort Online via Zoom

Anmeldung: www.elternrunde.ch

Kursstart: Donnerstag, 23.10.2025 | 20.15 bis 21.00 Uhr via Zoom

CHF 40.— pro Familie

Begleiteter Online-Selbstlernkurs für mehr Gelassenheit im Alltag

du und dein Kind brauchen und du Strategien dafür hast. In sechs Schritten lernst du das beste Wissen aus diversen Elternkursen, der Neuen Autorität und der bedürfnisorientierten Erziehung kennen

nen gelassen bleibst, Grenzen setzt und deine Kinder dich hören, ohne dass du laut werden musst. Leitung **Maren Tromm**

Erziehungs-, Einzel- und Paartherapeutin, dipl. Psychosoziale Beraterin, Autorin vier aufeinander aufbauende Videomodule + 2 Gruppenabende für all deine Fragen via Zoom, Aufnahme aller Inhalte CHF 190.— pro Familie Anmeldung: www.elternrunde.ch

Die Jugend ist die Phase der Identitätsentwicklung. Verschiedenes wird ausprobiert und Grenzen werden ausgelotet. Durch Selbstdarstellung und Vergleiche mit dem sozialen

Umfeld werden Werte und das eigene Handeln analysiert und getestet. Die Nutzung der sozialen Medien spielt dabei eine bedeutende Rolle. Wie können wir Jugendliche in dieser Phase begleiten? Wie bleiben wir in Verbindung und geben gleichwohl Freiraum?

Elternbildner, Sozialpädagoge, Jugendarbeiter Ort Aula Schulhaus Altenburg, Wettingen Kosten CHF 40.— pro Familie

Jeremias Frei

Anmeldung: www.elternrunde.ch Donnerstag, 20. November 2025 | 20.15 bis 21.45 Uhr Gut ist besser als perfekt

> quellen findest – für mehr Ruhe und Balance im Familienleben. Andrea Burri Leitung

Als Eltern wollen wir das Beste für unsere Kinder, doch Perfektionismus und Alltagsstress führen oft zur Überforderung. Im Online-Vortrag lernst du, wie du mit klarem Zeitmanagement, inneren Werten und den Antreibern nach Eric Berne neue Kraft-

Kursleiterin «Starke Eltern - Starke Kinder»,

Psychosoziale Beraterin Ort Online via Zoom Kosten CHF 40.- pro Familie Anmeldung: www.elternrunde.ch

Perfektion und Alltagsstress - Ade

Halt geben, ohne in alte Rollenmuster zu verfallen? Ein Abend mit fundiertem Wissen, überraschenden Einsichten und konkreten Impulsen für den Familienalltag.

> Online via Zoom CHF 40.— pro Familie

Prof. Dr. Allan Guggenbühl

Wie Eltern und Lehrpersonen Jungs besser verstehen

Donnerstag, 29. Januar 2026 | 20.15 bis 21.45 Uhr

Anmeldung: www.elternrunde.ch

Konflikte natürlich begleiten - und ganz natürlich vermindern Wie wäre es, wenn es bei dir zuhause friedlicher zu und her ginge? Deine Kinder zu einem Team würden? Du in Konfliktsituationen mehr Klarheit hättest und diese

Leitung

Auch wenn Geschlechterrollen heute als offen und vielfältig gelten, erleben viele Eltern Jungs im Alltag als besonders herausfordernd: laut, impulsiv, risikofreudig – oder still und schwer zugänglich. Was steckt dahinter? Und wie können Eltern ihren Söhnen

Psychologe & Psychotherapeut, Schulberater und Autor

Online via Zoom Kosten CHF 40.— pro Familie Anmeldung: www.elternrunde.ch

Simona Zäh

Life Coach, Business Coach und Gesundheitsexpertin

Gesund und fit durch die Wechseljahre

Donnerstag, 05. März 2026 | 20.15 bis 21.45 Uhr

Donnerstag, 12. März 2026 | 20.15 bis 21.45 Uhr

Dienstag, 24. Februar 2026 | 20.15 bis 21.45 Uhr

Leitung **Maren Tromm** Psychosoziale Beraterin, dipl. Erziehungs-, Familien-, und Paarberaterin Online via Zoom Ort CHF 40.— pro Familie

Grenzen setzen ohne strafen

Der Znüni für die Schule ist bereit, wo sind die Kleider für den Wald, ach und neue Turnschuhe kaufen und Milch!...dreht es in deinem Kopf ähnlich? Diese unsichtbare

«Resilienisch»

Mittwoch, 25. März 2026 | 20.15 bis 21.45 Uhr

Die Sprache, die dein Kind stark macht

Anmeldung: www.elternrunde.ch

Leitung

Detaillierte Informationen zu unserem Kursprogramm findest du auf unserer Homepage. Wir freuen uns auf deine Anmeldung.

www.elternrunde.ch

bekannt aus dem

SRF-Dokumentarfilm SRF-Dokumentaring Ein Schulzimmer im Wald"

Anmeldung und Informationen

Ort

Kosten

und Würenlos für die finanzielle Unterstützung.

Auch für externe Kinder 2 x wöchentlich bis 17.45 Uhr Wald-Erlebnistage in den Ferien Frühling, Sommer, Herbst

Die Kinderkrippen für alle mit flexibler Kinderbetreuung in Baden und Lenzburg.

Telefon 079 517 96 13 v.abbkinderkrippen.ch



inde Baden



Leitung

Kosten

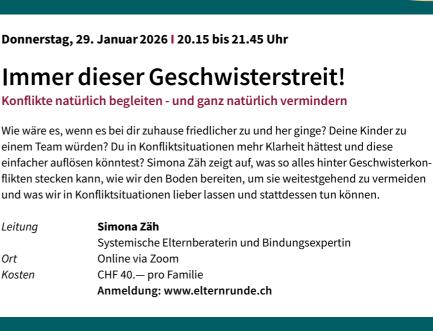


Leitung

Ort

Kosten











Wir danken der Stadt Baden sowie den Gemeinden Wettingen

Waldfüx 4 bis 8 Jahre, samstags, 10 x jährlich Waldhort Im Anschluss an Spielgruppe, Kindergarten, Schule

naturspielwald

Baden

Eltern-Kind-Waldzeit Ab Laufalter bis Eintritt Waldspielgruppe Waldspielgruppe Ab 3 Jahren Waldschule Kindergarten bis 2. Klasse, täglich

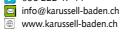
www.naturspielwald.ch

rein ABB nderkrippen



Karussell

Jetzt Newsletter abonnieren & nichts mehr verpassen:











CHLOSTERGARTE

Klein. Familiär. Professionell.

Unsere KiTa mit Herz - für kleine Entdecker.

Klosterparkgässli 8, 5430 Wettingen

Beim Klosterpark. Verkehrsberuhigt. Naturnah.

info@KiTaChlostergarte.ch, www.KiTaChlostergarte.ch

KINDER & **FAMILIE**



FRÜH-















