



Agenda 1. Halbjahr 2025

Treffpunkte, Kurse, Veranstaltungen



Überall für alle

SPITEX
Höfe

Den Familienalltag stärken

Eltern mit Babys und Kleinkindern werden täglich mit neuen Themen konfrontiert, welche Freude und Fragen mit sich bringen. Im Zentrum unserer Arbeit steht die Gesundheitsförderung und Prävention in der frühen Kindheit.

In den verschiedenen Treffs, Kursen und Veranstaltungen bekommen Sie Fachinputs und haben die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern aus der Region zu vernetzen.





Still- und Schoppencafé

Austausch und Input zu Themen in den ersten Lebenswochen und -monaten

Dienstag, 21. Januar, 14 bis 15 Uhr
SCHLAF UND REGULATION BEIM BABY
 Wie kann ich mein Kind unterstützen?

Dienstag, 18. Februar, 14 bis 15 Uhr
BERUHIGUNGSMASSNAHMEN
 Lernen Sie eine wohltuende Bauchmassage beim Baby kennen.

Dienstag, 18. März, 14 bis 15 Uhr
EINFÜHRUNG DER BEIKOST
 Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Dienstag, 15. April, 14 bis 15 Uhr
WIEDEREINSTIEG DER MUTTER INS BERUFSLEBEN
 Übergang und alles rund um die Fremdbetreuung.

Dienstag, 20. Mai, 14 bis 15 Uhr
BEWEGUNGSENTWICKLUNG
 Wie unterstütze ich mein Kind in der Bewegungsentwicklung?

Dienstag, 17. Juni, 14 bis 15 Uhr
TRAGESPAZIERGANG
 Probieren Sie ganz zwanglos das Tragetuch aus.

Elterntreff

Fachinput und Austausch zu Themen aus dem Erziehungsalltag

Dienstag, 4. Februar, 14.30 bis 16 Uhr
ICH WILL – ICH WILL NICHT
 Input und Austausch zum Thema Autonomieentwicklung und Trotzen.

Donnerstag, 5. Juni 14.30 bis 16 Uhr
KLEINKINDER UND DIGITALE MEDIEN
 Wie gestalte ich den Umgang mit digitalen Medien bei Kleinkindern?

Anmeldung, Durchführungsort, Kosten
 Anmeldung mit Kinderhütendedienst bis fünf Tage vor dem Termin, ansonsten Spontananmeldung möglich.

Die Detailinformationen finden Sie unter www.spitex-hoefe.ch/fachstelle-fruehe-kindheit

KURSE



Babymassage

Erfahren Sie innige Zweisamkeit mit Ihrem Baby.

Montag, 13. bis 27. Januar

Kurs 1: 13.30 bis 14.30 Uhr

Montag, 10. bis 24. März

Kurs 2: 13.30 bis 14.30 Uhr

Dienstag, 3. bis 17. Juni

Kurs 3: 10.30 bis 11.30 Uhr

Kursinhalt

- Kennenlernen der Ganzkörpermassage
- Massage bei Blähungen
- Handling mit dem Baby
- Austausch mit anderen Eltern

Leitung

Team Fachstelle Frühe Kindheit

Ort

Fachstelle Frühe Kindheit
Spitex Höfe, Pfäffikon

Kosten

Fr. 165.– Gruppenkurs

Fr. 80.– Einzelstunde im Stützpunkt

Fr. 85.– Privatstunde bei Ihnen zu Hause

Inklusive Massageöl und Massagebuch



Tragetuch-Beratung

Tragen stärkt die Nähe und Geborgenheit zu Ihrem Kind.

Nach Terminvereinbarung

Kursinhalt

- Kennenlernen der verschiedenen Techniken zum richtigen Tragen
- Praktische Übung mit dem eigenen Kind
- Sicherheit und Freude erlangen

Leitung

Team Fachstelle Frühe Kindheit

Ort

Fachstelle Frühe Kindheit
Spitex Höfe, Pfäffikon

Kosten

Fr. 60.– Einzelstunde im Stützpunkt

Fr. 85.– Privatstunde bei Ihnen zu Hause



Babyschwimmen

**Sanfte Wassergewöhnung für Ihr Baby
ab 4 Monaten bis 1 Jahr**

Donnerstag, 13. März bis 17. April

Kurs 1: 16.15 bis 16.40 Uhr

Kurs 2: 16.45 bis 17.10 Uhr

Donnerstag, 15. Mai bis 3. Juli

Ausfall 29. Mai und 19. Juni wegen Feiertag

Kurs 3: 16.15 bis 16.40 Uhr

Kurs 4: 16.45 bis 17.10 Uhr

Kursinhalt

- Erlernen von verschiedenen Haltegriffen im Wasser
- Gemeinsame Rituale mit dem Baby
- Spielerische Aktivierung im Wasser

Leitung

Team Fachstelle Frühe Kindheit

Ort

Hallenbad Feusisberg

Kosten

Fr. 180.–/Kind



Rückbildung

**Gezielte Aktivierung von Beckenboden-,
Bauch- und Rückenmuskulatur**

Montag, 13. Januar bis 17. Februar

Kurs 1: 19.30 bis 20.45 Uhr

Mittwoch, 14. Mai bis 18. Juni

Kurs 2: 19.30 bis 20.45 Uhr

Kursinhalt

- Aufbau und Kräftigung Beckenboden
- Entspannungs- und Atemübungen
- Vorbeugen von Spätfolgen
- Austausch mit anderen Frauen

Leitung

Team Fachstelle Frühe Kindheit

Ort


Fachstelle Frühe Kindheit
Spitex Höfe, Pfäffikon

Kosten

Fr. 210.–/Person

Anmeldung, Durchführung

Die Detailinformationen finden Sie unter
[www.spitex-hoefe.ch/
fachstelle-fruehe-kindheit](http://www.spitex-hoefe.ch/fachstelle-fruehe-kindheit)



**«Wir nutzen die diversen
Veranstaltungen, um Inputs
zu erhalten und uns
mit anderen Eltern aus der
Region zu vernetzen.»**

Elternbildung

Bilden Sie sich weiter und lernen Sie andere Eltern aus der Region kennen.

Dienstag, 4. Februar, 19.30 bis 21 Uhr

GEFAHRENQUELLE UND ERSTE HILFE

Beim Herumtollen ist schnell etwas passiert: ein Missgeschick, ein Unfall, eine Verletzung. Welche Massnahmen helfen sofort? Wie kann ich Gefahren vorbeugen?

Referent/innen

Samariter/innen Bezirk Höfe

Anmeldung bis 28. Januar

Donnerstag, 20. März, 19.30 bis 21 Uhr

JETZT GEHT'S LOS! KRIPPE, SPIELGRUPPE, KINDERGARTEN

Wie kann ich mein Kind in diesen Übergängen begleiten und stärken.

Referentin

Nina Imlig, Erziehungsberaterin

Anmeldung bis 17. März

Samstag, 5. April, 10 bis 11.30 Uhr

ELTERN-APÉRO

Eltern, die im letzten Halbjahr ihr erstes Kind bekommen haben, sind herzlich eingeladen. Sie erhalten Infos über das Angebot der Fachstelle Frühe Kindheit und lernen andere Eltern und deren Kinder kennen.

Leitung

Team Fachstelle Frühe Kindheit

Anmeldung bis 26. März

Dienstag, 3. Juni, 19.30 bis 21 Uhr

KLEINE KINDER IN BEWEGUNG

Einfach, lustvoll und alltagstauglich. Sie erhalten Ideen und Unterstützung für die Bewegungsentwicklung Ihres Kindes.

Referentin

Nadia Hermann, Heilpädagogische Früh-erzieherin RGZ

Anmeldung bis 28. Mai

Anmeldung, Durchführungsort, Kosten

Die Detailinformationen finden Sie unter www.spitex-hoefe.ch/fachstelle-fruehe-kindheit



**Fachstelle Frühe Kindheit
Spitex Höfe
Schindellegistrasse 71
8808 Pfäffikon SZ**

Telefon 079 455 65 86
ffk@spitex-hoefe.ch

Erziehungsberatung
Telefon 079 917 54 00
erziehungsberatung@spitex-hoefe.ch

Machen Sie sich stark für uns!

Spitex Höfe leistet einen wesentlichen Beitrag zum Wohl der Menschen im Bezirk Höfe. Unterstützen Sie uns in Form einer Spende, eines Sponsorings, eines Legats oder einer Mitgliedschaft. Dank solcher Gesten können wir unser gemeinnütziges Engagement auch künftig weiterführen.

- Schwyzer Kantonalbank
IBAN CH45 0077 7004 3422 2021 1
- QR-Code mit der Twint-App scannen