



Agenda 1. Halbjahr 2023

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

Di, 17. Januar, 14 bis 15 Uhr
BEWEGUNGSENTWICKLUNG

Wie unterstütze ich mein Kind in der Bewegungsentwicklung?

Di, 21. Februar, 14 bis 15 Uhr
SCHLAF UND REGULATION BEIM BABY

Wie kann ich mein Kind unterstützen?

Di, 21. März, 14 bis 15 Uhr
EINFÜHRUNG DER BEIKOST

Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Di, 18. April, 14 bis 15 Uhr
**WIEDEREINSTIEG DER MUTTER
 INS BERUFSLEBEN**

Alles rund um die Fremdbetreuung.

Di, 16. Mai, 14 bis 15 Uhr
TRAGETUCHSPAZIERGANG

Probieren Sie ganz zwanglos das Tragetuch mal aus.

Di, 20. Juni, 14 bis 15 Uhr
BERUHIGUNGSMASSNAHMEN

Lernen Sie eine wohltuende Bauchmassage beim Baby kennen.

Elterntreff

Fachinput und Austausch zu Themen aus dem Erziehungsalltag

Di, 7. Februar, 14.30 bis 16 Uhr
ICH WILL – ICH WILL NICHT

Antworten auf Fragen zu Autonomie, Entwicklung und Trotzen.

Di, 4. April, 14.30 bis 16 Uhr
WINDELN ADE

Wie unterstütze ich mein Kind beim Trockenwerden?

Di, 6. Juni, 14.30 bis 16 Uhr
ESSTISCH STATT STRESSTISCH

Wie gehe ich entspannt damit um?

Durchführungsort, Kosten, Anmeldung

Die Detailinformationen finden Sie unter www.spitex-hoefe.ch/kleinkindberatung

KURSE



Babymassage

Erfahren Sie innige Zweisamkeit mit Ihrem Baby.

Nach Terminvereinbarung

Kursinhalt

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

Leitung

Team Kleinkindberatung

Ort

Kleinkindberatung 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 Kleinkindberatung

Ort

Kleinkindberatung 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**

16. März bis 20. April

Kurs 1: 16.15 bis 16.40 Uhr

Kurs 2: 16.45 bis 17.10 Uhr

25. Mai bis 6. Juli

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 Kleinkindberatung

Ort

Hallenbad Feusisberg

Kosten

Fr. 180.–/Kind



Rückbildung

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

16. Januar bis 20. Februar (montags)

Kurs 1: 19.30 bis 20.45 Uhr

17. Mai bis 21. Juni (mittwochs)

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 Kleinkindberatung

Ort


Kleinkindberatung Spitex Höfe, Pfäffikon

Kosten

Fr. 210.–

Anmeldung, Durchführung

Die Detailinformationen finden Sie unter
www.spitex-hoefe.ch/kleinkindberatung



**«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.

Di, 21. Februar, 19.30 bis 21 Uhr

GEFAHRENQUELLEN UND ERSTE HILFE

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

Referentinnen

Samariterinnen Bezirk Höfe

Anmeldung bis 16. Februar

Sa, 25. März, 10 bis 11.30 Uhr

ELTERN-APÉRO

Eltern, die im letzten Halbjahr ihr erstes Kind bekommen haben, sind herzlich eingeladen. Sie erhalten Infos zum Angebot der Kleinkindberatung und lernen andere Eltern und deren Kinder kennen.

Anmeldung bis 21. März

Mi, 19. April, 19.30 bis 21.00 Uhr

KINDERAugEN: MEHR ALS NUR SEHEN

Erfahren Sie, wie die Augen die allgemeine Entwicklung beeinflussen und was Sie als Eltern tun können, um eine gute Sehenwicklung zu unterstützen.

Referentin

Judith Nussbaumer, dipl. Orthoptistin HF

Anmeldung bis 14. April

Do, 11. Mai, 19.30 bis 21 Uhr

GESCHWISTER HABEN SICH ZUM STREITEN GERN!

Streit und Eifersucht unter Geschwistern sind ganz normal, bedeuten jedoch für Eltern eine echte Herausforderung. Bereits in der Anfangszeit ist es wichtig, die Weichen richtig zu stellen. Was können Eltern tun, um konfliktreiche Situationen zu begleiten und die Beziehung der Geschwister zu stärken?

Referentin

Monica Bossert, Erziehungsberaterin

Anmeldung bis 8. Mai

Anmeldung, Durchführung

Die Detailinformationen finden Sie unter www.spitex-hoefe.ch/kleinkindberatung

Jeden 4. Freitag, 9.30 bis 11.30 Uhr

HÖFNER FAM2FAM-TREFFEN

Eltern und Kinder von 0 bis 5 Jahre treffen sich zum gemeinsamen Spielen und Erfahrungsaustausch. Diese Elterngruppe organisiert sich selbstständig und heisst alle Nationen willkommen.

Detailinformationen

- Facebook-Gruppe «Höfner Fam2Fam»
- hello@famunity.ch
- kleinkindberatung@spitex-hoefe.ch



Kleinkindberatung
Spitex Höfe
Schindellegistrasse 71
8808 Pfäffikon

Kleinkindberatung
Telefon 079 455 65 86
kleinkindberatung@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, Pfäffikon
IBAN CH45 0077 7004 3422 2021 1
- QR-Code mit der Twint-App scannen