



Agenda 2. 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, 22. August, 14 bis 15 Uhr
SCHLAF UND REGULATION BEIM BABY
 Wie kann ich mein Kind unterstützen?

Di, 19. September, 14 bis 15 Uhr
EINFÜHRUNG DER BEIKOST
 Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Di, 17. Oktober, 14 bis 15 Uhr
WIEDEREINSTIEG DER MUTTER
INS BERUFSLEBEN
 Übergang und alles rund um die Fremdbetreuung

Di, 21. November, 14 bis 15 Uhr
BEWEGUNGSENTWICKLUNG
 Wie unterstütze ich mein Kind in der Bewegungsentwicklung?

Di, 19. Dezember, 14 bis 15 Uhr
WEIHNACHTLICHES STILLKAFFEE
 Wir treffen uns zum gemütlichen Beisammensein

Elterntreff

Fachinput und Austausch zu Themen aus dem Erziehungsalltag

Di, 5. September, 14.30 bis 16 Uhr
«NUGGI», SMARTPHONE UND TABLET
 Wie gestalte ich den Umgang mit digitalen Medien bei Kleinkindern?

Di, 7. November, 14.30 bis 16 Uhr
ICH WILL – ICH WILL NICHT
 Fragen und Antworten rund ums Thema Trotzen und Autonomieentwicklung

Di, 5. Dezember, 14.30 bis 16 Uhr
WEGE AUS DER BRÜLLFALLE!
 Wir schauen uns gemeinsam den gleichnamigen Film von Wilfried Brüning an und versuchen herauszufinden, wie man es schafft, Konfliktsituationen mit seinen Kindern zu bewältigen ohne zu schreien oder Strafen anzudrohen.

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

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

**24. August bis 28. September
(donnerstags)**

Kurs 5: 16.15 bis 16.40 Uhr

Kurs 6: 16.45 bis 17.10 Uhr

**26. Oktober bis 30. November
(donnerstags)**

Kurs 7: 16.15 bis 16.40 Uhr

Kurs 8: 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

21. August bis 25. September (montags)

Kurs 3: 19.30 bis 20.45 Uhr

25. Oktober bis 6. Dezember (mittwochs)

Kurs 4: 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, 19. September, 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?

Referentinnen

Samariterinnen Bezirk Höfe

Anmeldung bis 14. September

Sa, 21. Oktober, 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 17. Oktober

Do, 26. Oktober, 19.30 bis 21 Uhr

AUSGEWOGENE ERNÄHRUNG

Profitieren Sie von wertvollen Tipps zur altersgerechten Ernährung von Kleinkindern. Essen soll Freude bereiten, frei von Zwängen sein und Genuss darstellen.

Referentinnen

Diana Reichlin, ganzheitliche Ernährungsberatung und Ernährungspsychologie
Monica Bossert, Erziehungsberaterin

Anmeldung bis 22. Oktober

Mo, 20. November, 18.30 bis 20.30 Uhr

WAS STEHT MEINEM KIND ZU?

Infoveranstaltung am weltweiten Tag der Kinderrechte. Die wichtigsten Leistungen der Sozialversicherung im Überblick.

Referent

Martin Boltshauser, Rechtsanwalt, Leiter Rechtsdienst und Co-Autor des Ratgeber-Buches sowie Mitglied der Geschäftsleitung von Procap Schweiz

Anmeldung bis 8. November

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 SZ

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