



Agenda 1. Halbjahr 2026

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

Dienstag, 17. Februar, 14 bis 15 Uhr
BERUHIGUNGSMASSNAHMEN
 Lernen Sie eine wohltuende Bauchmassage beim Baby kennen.

Dienstag, 17. März, 14 bis 15 Uhr
EINFÜHRUNG DER BEIKOST
 Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Dienstag, 21. April, 14 bis 15 Uhr
WIEDEREINSTIEG DER MUTTER INS BERUFSLEBEN
 Übergang und alles rund um die Fremdbetreuung.

Dienstag, 19. Mai, 14 bis 15 Uhr
BEWEGUNGSENTWICKLUNG
 Wie unterstütze ich mein Kind in der Bewegungsentwicklung?

Dienstag, 16. Juni, 14 bis 15 Uhr
TRAGESPAZIERGANG
 Probieren Sie ganz zwanglos das Tragetuch aus.



Elterntreff

Fachinput und Austausch zu Themen aus dem Erziehungsalltag

Donnerstag, 12. Februar, 14.30 bis 16 Uhr
ICH WILL – ICH WILL NICHT
 Input und Austausch zum Thema Autonomie- und Willensentwicklung.

Donnerstag, 2. April, 14.30 bis 16 Uhr
WUT IM BAUCH
 Wie kann ich starke Gefühle bei Kindern verstehen und begleiten?

Donnerstag, 11. Juni, 14.30 bis 16 Uhr
ÜBERGÄNGE IN KITA, SPIELGRUPPE UND KINDERGARTEN
 Übergänge sind wichtige Entwicklungsaufgaben. Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen und stärken?



BEWEGUNGSRaum

Für Babys ab 6 bis 14 Monaten. Weitere Informationen auf unserer Webseite.

KURSE



Babymassage

Erfahren Sie innige Zweisamkeit mit Ihrem Baby.

Dienstag, 13., 20., 27. Januar

Kurs 1: 13.30 bis 14.30 Uhr

Montag, 2., 16., 23. März

Kurs 2: 13.30 bis 14.30 Uhr

Montag, 1., 15., 22. Juni

Kurs 3: 13.30 bis 14.30 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. 80.– Einzelstunde im Stützpunkt

Fr. 85.– Privatstunde bei Ihnen zu Hause



Babyschwimmen

Sanfte Wassergewöhnung für Ihr Baby
ab 4 Monaten bis 1 Jahr

Donnerstag, 12. März bis 23. April
(Ausfall 19. März wegen Feiertag)

Kurs 1: 16.10 bis 16.35 Uhr

Kurs 2: 16.45 bis 17.10 Uhr

Donnerstag, 21. Mai bis 2 Juli
(Ausfall 4. Juni wegen Feiertag)

Kurs 3: 16.10 bis 16.35 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, 19. Januar bis 23. Februar

Kurs 1: 19.30 bis 20.45 Uhr

Mittwoch, 20. Mai bis 24. 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

A young child with light brown hair, wearing a blue denim jacket and green pants, is seen from behind. The child is holding the hands of two adults, whose arms and hands are visible in the upper corners of the frame. The adults are wearing tan-colored long-sleeved shirts. The child is standing on a ground covered with fallen autumn leaves in shades of yellow, orange, and brown. The background is a soft-focus park setting with green and yellow foliage. In the bottom left corner, there is a semi-transparent yellow rectangular box containing white text.

**«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, 3. 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?

Referentinnen

Samariter/innen Bezirk Höfe; Team Fachstelle Frühe Kindheit

Anmeldung bis 30. Januar

Samstag, 28. März, 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.

Anmeldung bis 23. März

Donnerstag, 5. Februar, 19.30 bis 21 Uhr

ELTERN WERDEN, PAAR BLEIBEN

Durch die Geburt eines Kindes ist man nicht mehr nur Paar, sondern auch Eltern. Welche Herausforderungen gibt es und wie schafft man es, die Verbindung als Paar zu behalten?

Referentinnen

Daniela Heinzl, Fachstelle Psychiatrie;
Nina Imlig, Erziehungsberaterin

Anmeldung bis 2. Februar

Montag, 11. Mai, 19.30 bis 21 Uhr

KLEINKINDER UND DIGITALE MEDIEN

Digitale Medien gehören zu unserem Alltag. Wie beeinflussen digitale Medien die Entwicklung von Kleinkindern und wie gestalte ich den Umgang damit?

Referentin

Nina Imlig, Erziehungsberaterin

Anmeldung bis 6. Mai

Anmeldung, Durchführung, Kosten

Veranstaltungen sind für Eltern wohnhaft im Bezirk Höfe kostenlos. Ausgenommen sind Kurse.



**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

