

**Simone Wampfler-Freiburghaus (1971)**  
Diemtigtal



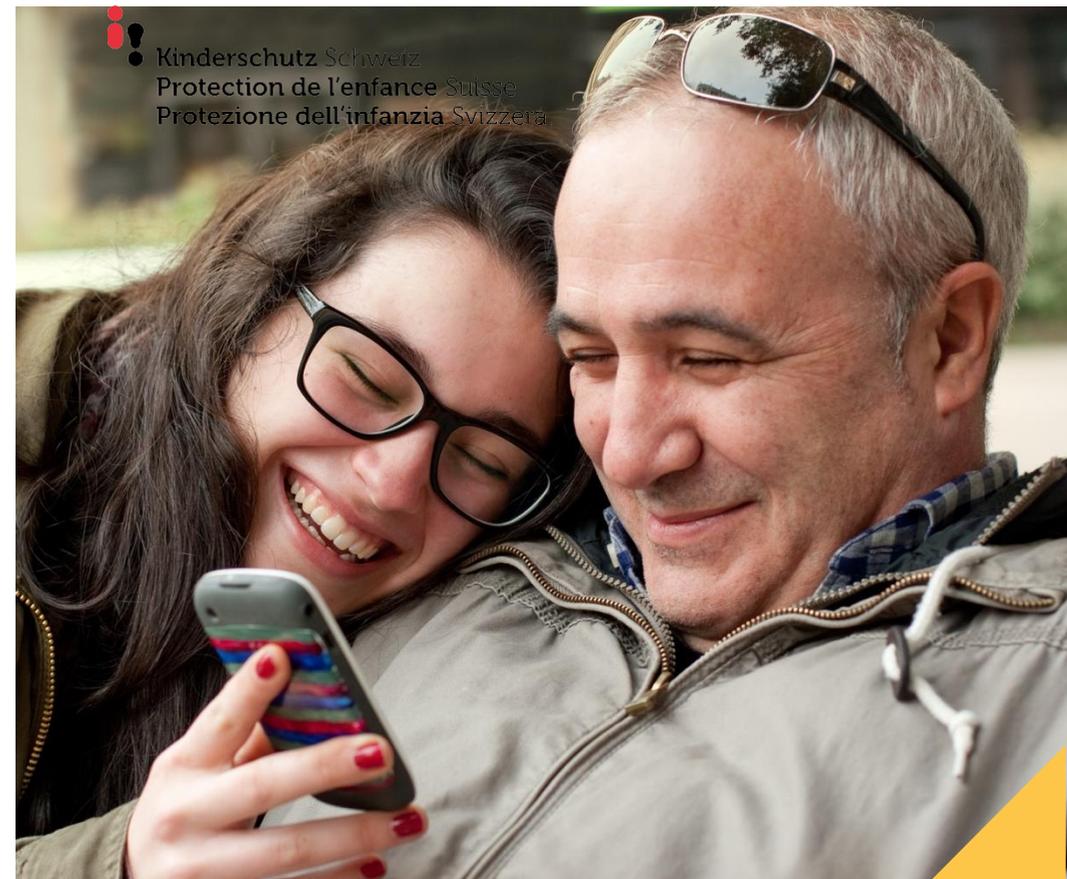
Familienfrau & Mutter von zwei Söhnen (Jg. 02 & 05),  
zertifizierte SESK-Kursleiterin & Stressbewältigungstrainerin,  
dipl. Mental Coach, Erwachsenenbildnerin SVEB II, Lehrerin/Schulleiterin.

Motto:  
Man kann einen Menschen nichts lehren.  
Mann kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken. (Galilei)

## WEITERE INFORMATIONEN

Mehr Informationen zum Elternkurs Starke Eltern - Starke Kinder®  
finden Sie auf [www.starkeeltern-starkekinder.ch](http://www.starkeeltern-starkekinder.ch).

Der vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelte Elternkurs Starke Eltern - Starke Kinder® ist ein Angebot von Kinderschutz Schweiz. Kinderschutz Schweiz ist eine unabhängige privatrechtliche Stiftung und gesamtschweizerisch tätig. Als gemeinnützige Fachorganisation machen wir uns dafür stark, dass alle Kinder in der Schweiz im Sinne der UN-Kinderrechtskonvention in Schutz und Würde aufwachsen.



## Starke Eltern - Starke Kinder® Pubertät: Aufbruch & Umbruch

2-teiliger Kurs für Eltern von Kindern  
ab ca. 10 Jahren

Herbst 2023, Unterlangenegg



## Pubertät: Aufbruch & Umbruch

Die Pubertät ist eine Herausforderung für Eltern und ihre Kinder. Aufbauend auf dem Konzept von Starke Eltern - Starke Kinder® werden Sie als Mutter und Vater für diese Aufgabe gestärkt. Der Kurs vermittelt Ihnen "Werkzeuge", um Ihre Teenager auf dem Weg zu selbstständigen und verantwortungsbewussten Menschen zu begleiten. Ebenso erhalten Sie Anregungen, wie Sie in dieser Familienphase achtsam mit sich und Ihrer Partnerschaft umgehen können.

### Themenauswahl im 2-teiligen Kurs, angelehnt an den Basiskurs:

- Was ist mir in meiner Familie wichtig? Welche Werte habe ich?
  - Welche Ziele verfolge ich mit meiner Erziehung?
  - Was passiert mit meinem Kind während der Pubertät?
  - Wie kann ich mit meinem Kind im Gespräch bleiben?
- Bei Bedarf wird zu einem späteren Zeitpunkt eine Fortsetzung durchgeführt.

### Themen im Aufbaukurs

- Wo sind meine Grenzen?
- Wie treffen wir Vereinbarungen und wie setzen wir diese um?
- Wie lösen wir Probleme in der Familie?

### Arbeitsweise

Kurzinputs, Erfahrungsaustausch, Gruppenarbeit, praktische Übungen für den Alltag

### Datum

Do, 26. Okt. und Do, 9. Nov. 2023, jeweils 19.00-21.30h

### Kursort

Unterlangenegg (genauer Ort wird noch bekannt gegeben)

### Kosten

CHF 95.- / Paare 180.-

### Leitung

Simone Wampfler-Freiburghaus, zertifizierte SESK-Kursleiterin, Erwachsenenbildnerin

### Anmeldung

Simone Wampfler, Zäunegg 60a, 3753 Oey; [info@elemental-diemtigtal.ch](mailto:info@elemental-diemtigtal.ch)

[www.simonewampfler.ch](http://www.simonewampfler.ch) / [www.elemental-diemtigtal.ch](http://www.elemental-diemtigtal.ch)

Die Anmeldung zum Kurs ist verbindlich.

# Anmeldung 2-teiliger Kurs

Vorname / Name

---

Strasse

---

PLZ / Ort

---

Telefon

---

Mail

---

Kinder / Alter

---

---

Datum / Unterschrift

---

**Die Teilnehmerzahl ist beschränkt (mind. 6 TN, max. 16 TN).  
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt und per Email  
bestätigt. Die Anmeldung ist verbindlich.**

### Einsenden an:

Simone Wampfler, Zäunegg 60a, 3753 Oey oder per Mail an:  
[info@elemental-diemtigtal.ch](mailto:info@elemental-diemtigtal.ch)

