



Agenda 2. Halbjahr 2024

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

Dienstag, 17. September, 14 bis 15 Uhr
BEWEGUNGSENTWICKLUNG
 Wie unterstütze ich mein Kind in der Bewegungsentwicklung?

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

Dienstag, 19. November, 14 bis 15 Uhr
**WIEDEREINSTIEG DER MUTTER
 INS BERUFSLEBEN**
 Übergang und alles rund um die Fremdbetreuung.

Dienstag, 17. Dezember, 14 bis 15 Uhr
WEIHNACHTLICHES STILLKAFFEE
 Wir treffen uns zum gemütlichen Beisammensein.



Elterntreff

Fachinput und Austausch zu Themen aus dem Erziehungsalltag

Dienstag, 3. September, 14.30 bis 16 Uhr
MONSTERGEFAHR UND ANDERE KINDERÄNGSTE
 Wie begleite ich mein Kind mit seinen Ängsten?

Dienstag, 5. November, 14.30 bis 16 Uhr
GESCHWISTER – SIE HABEN SICH ZUM STREITEN GERN!
 Streit unter Geschwistern ist normal, bedeutet jedoch für Eltern eine echte Herausforderung. Wie können Eltern konfliktreiche Situationen konstruktiv begleiten und die Beziehung der Kinder untereinander stärken?

Dienstag, 3. Dezember, 14.30 bis 16 Uhr
WINDELN ADE
 Wie unterstütze ich mein Kind beim Trocken werden?

Anmeldung, Durchführungsort, Kosten
 Anmeldung mit Kinderhütedienst bis fünf Tage vor dem Termin, ansonsten Spontananmeldung möglich.
 Weitere Informationen finden Sie unter www.spitex-hoefe.ch/kleinkindberatung

KURSE



Babymassage

Erfahren Sie innige Zweisamkeit mit Ihrem Baby.

Dienstag, 27. August bis 10. September

Kurs 4: 10.30 bis 11.30 Uhr

Montag, 4. bis 18. November

Kurs 5: 13.30 bis 14.30 Uhr

Kursinhalt

- Kennenlernen der Ganzkörpermassage
- 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

**Donnerstag, 22. August bis
26. September**

Kurs 5: 16.10 bis 16.35 Uhr

Kurs 6: 16.45 bis 17.10 Uhr

**Donnerstag, 24. Oktober bis
28. November**

Kurs 7: 16.10 bis 16.35 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

Montag, 19. August bis 23. September

Kurs 3: 19.30 bis 20.45 Uhr

Mittwoch, 23. Oktober bis 27. November

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.

Dienstag, 17. 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?

Referent/innen

Samariter/innen Bezirk Höfe

Anmeldung bis 14. September

Dienstag, 24. September, 19.30 bis 21 Uhr **AUSGEWOGENE ERNÄHRUNG** **AM FAMILIENTISCH**

Profitieren Sie von wertvollen Tipps zur altersgerechten Ernährung von Kleinkindern. Essen darf und soll Freude bereiten, frei von Zwängen sein und Genuss darstellen. Was aber, wenn mein Kind kein Gemüse und nur ungesunde Sachen essen will. Was, wenn es gar nicht essen will? Weiss mein Kind wieviel Nahrung es braucht? Auf solche und ähnlichen Fragen finden wir Antworten.

Referentinnen

Diana Reichlin, ganzheitliche Ernährungsberatung und Ernährungspsychologie
Monica Bossert, Fachfrau für Erziehungsfragen

Anmeldung bis 19. September

Samstag, 26. Oktober, 10 bis 11.30 Uhr **ELTERN-APÉRO**

Eltern, die im letzten Halbjahr ihr erstes Kind bekommen haben, sind herzlich eingeladen. Sie erhalten Informationen über die Angebote der Kleinkindberatung zum Thema Entwicklung und Erziehung und lernen andere Eltern und deren Kinder kennen.

Leitung

Team Kleinkindberatung

Anmeldung bis 20. Oktober

Samstag, 9. November, 9.30 bis 12 Uhr **WOHLTUENDE WICKEL FÜR DIE GANZE FAMILIE**

Am Kurstag machen wir verschiedene Wickel und lernen deren Wirkung kennen.

Leitung

Team Kleinkindberatung

Anmeldung bis 4. November

Anmeldung, Durchführungsort, Kosten

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



Kleinkindberatung
Fachstelle frühe Kindheit
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