

LUZERN



4. Luzerner Elternbildungstag

*Digitalisierung im Kinderzimmer –
Aufwachsen mit Smartphone & Co.*

**Samstag
27. November 2021
Luzern**

Für Eltern von Kindern bis 18 Jahre

Kinderbetreuung ab 3 Jahren

Hauptreferat «Das kindliche Hirn
im digitalen Zeitalter»
von Prof. Dr. Lutz Jäncke

Einleitung

Am 27. November 2021 findet bereits zum vierten Mal der Luzerner Elternbildungstag statt. Eltern von Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre können sich rund um das Tagesthema und über allgemeine Erziehungsthemen informieren und austauschen. Für Kinder ab 3 Jahren wird eine Kinderbetreuung angeboten. Das Hauptreferat von Prof. Dr. Lutz Jäncke steht auch interessierten Fachpersonen offen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Programm

08.30 Uhr	Eintreffen
08.45 – 09.45 Uhr	Grusswort von Bildungs- und Kulturdirektor Marcel Schwerzmann Hauptreferat «Das kindliche Hirn im digitalen Zeitalter» von Prof. Dr. Lutz Jäncke, Inhaber des Lehrstuhls für Neuropsychologie am Psychologischen Institut der Universität Zürich
09.45 – 10.15 Uhr	Pause mit Kaffee und Gipfeli
10.15 – 11.15 Uhr	1. Workshop (gemäss Anmeldung)
11.30 – 12.30 Uhr	2. Workshop (gemäss Anmeldung)
12.30 – 13.15 Uhr	Infosche und Snacks

Workshops

Workshop 1

«Nur kurz» – Digitale Medien in den Alltag mit Babys und Kleinkindern integrieren (0 – 4 Jahre)

Nadine Ghilardi, Mütter- Väterberaterin NDS, Region Luzern

Wie viel darf ein Kleinkind Fernsehen? Diese Frage ist längst nicht mehr aktuell. Vielmehr ist die Frage, wie können wir die Kleinkinder vor zu viel Bildschirm schützen. Der Computer hat es mit seiner Mobilität in alle Zimmer geschafft, das Handy ist der stetige Begleiter bis zum Esstisch. Welche Auswirkung haben digitale Medien auf das Kind, was brauchen Kleinkinder, um sich gut zu entwickeln und wo kann der Bildschirm durchaus nützlich sein? In diesem Workshop erhalten Sie Informationen über die Entwicklung und Bedürfnisse eines Kleinkindes und über die Auswirkungen von digitalen Medien.

Workshop 2

«Digital macht schlau?!» – Lernen mit neuen Medien (8 – 16 Jahre)

Tina Ammer, Dienststelle Volksschulbildung Luzern

Internet, Fernsehen, Apps und Games sind im Alltag ständige Begleiter. Meist dienen sie dem Zeitvertreib, doch digitale Medien können mehr: Sie helfen beim Lernen, verbessern mitunter die Denkleistung und können zur Kreativität beitragen. Im Workshop lernen Sie verschiedene Kategorien von Lernmedien kennen und erfahren, wie ein sinnvoller Einsatz aussehen kann. Der Schwerpunkt liegt hierbei besonders auf dem kreativen und produktiven Umgang mit Medien, denn so kann digital ziemlich sicher schlauer machen!

Workshop 3

«Tik Tok» kann gesund sein! – Frühe Social-Media-Nutzung (7 – 14 Jahre)

Joachim Zahn, Projektleiter zischtig.ch

Digitalisierungstreiber empfehlen Kinder-Accounts. Zweitklässler auf Tik Tok sind auch keine Seltenheit. In diesem Workshop erhalten Sie direkten Einblick in die aktuellen Social Media-Plattformen. Anhand der kindlichen und jugendlichen Mediennutzung wird aufgezeigt, welche neuen Entwicklungsschritte geleistet werden müssen. Ebenso, warum es im Netz schöner sein kann als im Quartier. Wir gehen auch der Frage nach, ob die Nutzung sozialer Netzwerke vielleicht bloss das neue Zappen ist. Und mit welchen Gefahren vielleicht doch zu rechnen ist. Sind es Fremde, die unsere Kinder bedrohen? Oder doch eher Konzerne? Natürlich gibt es auch praktische Tipps für Erziehende.

Workshop 4

Der schöne Schwan oder das hässliche Entlein? Wann bin ich schön genug? (0 – 18 Jahre)

Brigitte Rychen MAS Prevention & Health Promotion HSLU, Fachfrau Prävention und Gesundheitsförderung

Schönheitsindustrie und Social Media transportieren heutzutage eine Unmenge an Idealbildern zu Aussehen und Körper. Der konstante Vergleich des eigenen Körpers mit diesen Bildern prägt den Alltag vieler Kinder und Jugendlicher, oft auch den der Eltern. Noch nie war der Druck «körperlich perfekt» zu sein so gross wie heute. Dieser beeinflusst in hohem Masse das Körperbild und damit verbunden die psychische Gesundheit junger Menschen. Was meint Körperbild? Wie können Eltern einen wertschätzenden Umgang mit dem Körper und dessen Fähigkeiten unterstützen und fördern? Wie können sie die Körperzufriedenheit und damit das Selbstwertgefühl ihrer Kinder stärken? Im Workshop setzen wir uns interaktiv mit diesen Fragen auseinander.

Workshop 5

Resilienz: Stark ins Leben – Selbstwirksamkeit fördern (3 – 12 Jahre)

André Dietziker, eidg. anerkt. Psychotherapeut, Familientherapeut, Elternbildner, Schülerberater

Was hilft Kindern, belastende Situationen erfolgreich zu meistern und unbeschadet zu überstehen? Widerstandskraft ist nicht einfach angeboren. Resiliente Kinder entwickeln eine gute Selbstwahrnehmung und vermögen ihre Gefühle zu regulieren. Eltern können den Prozess zu innerer Stärke konkret fördern. Sie sind der sichere emotionale Hafen, das Modell für soziale Kompetenz und das Vorbild für eine optimistische Grundhaltung. Das Kind braucht aber nicht nur Liebe und Wertschätzung, sondern auch Herausforderungen, an denen es wachsen kann. Erfolgserlebnisse stärken das Selbstvertrauen und die Problemlösekompetenz.

Workshop 6

Achtsamkeit statt Kampf in der Erziehung (0 – 18 Jahre)

Helena Weingartner, Gordon-Trainerin, Praktizierende Transaktionsanalytikerin, eidg. dipl. Psychosoziale Beraterin mit eigener Praxis, Erwachsenenbildnerin SVEB I

Zur Eskalation in der Erziehung braucht es zwei, Eltern und Kinder. Klar, Eltern müssen hin und wieder nein sagen, Spasskiller sein, für abgemachte Regeln einstehen. Wenn Kinder dann Widerstand bieten, kommen die grossen Gefühle bei Eltern und Kindern oft in Sekunden-schnelle. Als Mutter oder Vater verlassen wir unbewusst die Erwachsenen-Ebene und werden selbst zu Kindern, die sich ohnmächtig, wütend, traurig, verzweifelt oder verletzt wiederfinden. Diesen Moment wollen wir anschauen im Workshop. Achtsam innehalten, liebevoll unsere grossen Gefühle anerkennen und einordnen. Mit dem Ziel, in der Eskalation mental gross zu bleiben, um die Führung für die Lösungssuche zu übernehmen. Achtsam mit sich und dem Kind.

Workshop 7

Heute gespielt – viel gelernt fürs Leben!

(0 – 6 Jahre)

Ursula Gassmann, Akzent Prävention und Suchttherapie

Spielen ist für Kinder viel mehr als lustvoller Zeitvertreib. Sie lernen dabei, die Welt, ihre Mitmenschen und vor allem sich selbst zu verstehen. Viel «unverplante» Spielzeit stärkt das Kind für ein selbstbestimmtes und erfülltes Leben. Im Workshop erhalten Sie Einblick, wie Sie Ihr Kind im Spiel begleiten können und welche Chancen der Alltag bietet. Die Wäscheklammer «Zwick» macht's vor!

Workshop 8

Achte auf die positiven Seiten deines Kindes

(3 – 15 Jahre)

Esther Odermatt Addario, Psychologin FSP, Primarlehrerin, Kursleiterin Starke Eltern – Starke Kinder®

Kinder auf ihrem Weg zu begleiten ist eine schöne und herausfordernde Aufgabe. Oft geben wir den Kindern Aufmerksamkeit durch Zurechtweisungen, Aufforderungen, Stopps etc. In diesem Workshop möchten wir den Fokus auf die positiven Seiten unserer Kinder legen, wie es uns Eltern gelingen kann die «Nörgelibrille» abzulegen und welche Auswirkungen dies auf unsere Kinder hat.

Workshop 9

Grenzen, Liebe & Respekt – liebevoll Grenzen setzen

(0 – 18 Jahre)

Martina Winiger, bindungsorientierte Paar- und Familienberaterin, familylab-Seminarleiterin; www.bindungs-sicher.ch

«Kinder brauchen Grenzen» sagt der Volksmund. Stimmt das? Und wo sind diese Grenzen? In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie liebevoll Grenzen setzen, und wie mit Liebe und Respekt eine starke Eltern-Kind-Beziehung gelingt. Ausserdem erfahren Sie, wie Sie auf die Bedürfnisse Ihres Kindes eingehen können, ohne es zu verwöhnen, oder selber auf der Strecke zu bleiben.

Workshop 10

Chauffeur oder Bergführerin? – Die erste Berufswahl begleiten

(11 – 18 Jahre)

Lino Helbling und Maya Ziegler, BIZ – Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf

Die erste Berufswahl ist ein besonderer Schritt für Ihre Töchter und Söhne. Eben waren sie noch Kinder und nun sollen sie bereits ihre Laufbahn aufgleisen. Worauf kommt es an, wenn einem (fast) alle Möglichkeiten offenstehen? Welche Unterstützung brauchen die Jugendlichen auf ihrem Weg? Einen Chauffeur? Eine Bergführerin? Oder etwas ganz anderes? Zwei BIZ-Beratende führen ins Thema ein und reflektieren mit Ihnen, wie Sie Ihre Rolle gestalten können.

Anmeldung

www.elternbildung.lu.ch

Anmeldeschluss: 14. November 2021

Maximale Teilnehmerzahl: 150 Personen

Maximale Anzahl Kinder zur Kinderbetreuung: 40

Gasthörer/innen Hauptreferat: 50 Personen

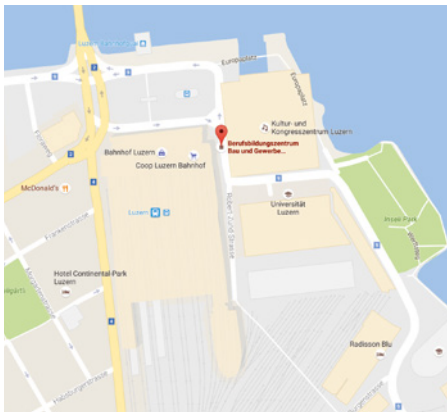
Standort

Berufsbildungszentrum Bau und Gewerbe (BBZB)

Luzern Bahnhof

Robert-Zünd-Strasse 4

6002 Luzern



Kontakt

Für Auskünfte wenden Sie sich an:

Dienststelle Volksschulbildung

Martina Butler

Tel. 041 228 52 87

martina.butler@lu.ch

Kosten

Fr. 30.00 pro Person, inkl. Kinderbetreuung

Fr. 45.00 pro Paar, inkl. Kinderbetreuung

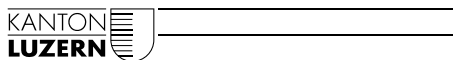
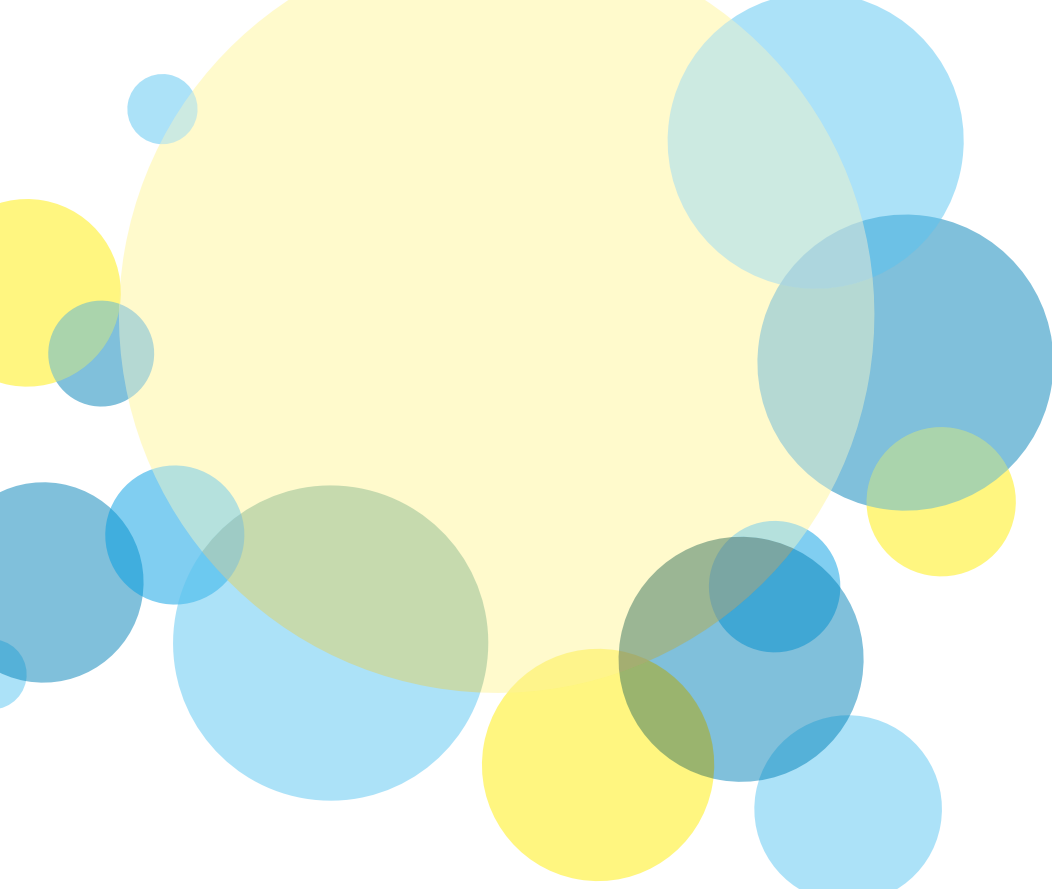
Fr. 20.00 Gasthörer/in Hauptreferat

Kinderbetreuung

Die Kinderbetreuung übernimmt die Kita Centralpark in ihren Räumlichkeiten. Die Kinder werden am Veranstaltungsort abgeholt und wieder hingebbracht.

Hinweis

Je nach pandemischer Situation sind organisatorische Anpassungen notwendig.



Bildungs- und Kulturdepartement
Dienststelle Volksschulbildung
Dienststelle Berufs- und Weiterbildung

Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Soziales und Gesellschaft
Dienststelle Gesundheit und Sport