

## Einladung an

- alle Eltern von schulpflichtigen Kindern der Schule Stammheim
- Lehrpersonen, Schulleiter\*innen und Schulpflege der Schule Stammheim

zur Jahresversammlung der ElternmitWirkung – EmW

**Donnerstag, 3. Oktober 2024**

In Mehrzweckraum  
UG Primarschulhaus Oberstammheim

**19.00 Uhr**      Versammlung

Bei diesem kurzen Auftakt werden die derzeitigen Vorstandsmitglieder in einer stillen Wahl gewählt, sofern es nicht mehr Interessierte als zu besetzende Ressorts gibt. Zur Wahl stehen: Mara Silvestri (Präsidium), Bea von Aesch, Olivier Frei, Verena Haas und Aylin Hollenstein.

**19:20 Uhr**      kurze Pause

**19.30 Uhr**      Vortrag "Resilienz-so stärke ich mein Kind"

**ca. 21.30 Uhr**    offenes Gespräch und Apéro

Es besteht auch die Möglichkeit nur den Vortrag zu besuchen.  
Der Vortrag ist für alle Interessierte öffentlich zugänglich.

**Vortrag Sara Derrer**

### Resilienz-so stärke ich mein Kind

Resilienz bedeutet unter anderem: Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen. Bestimmte Fähigkeiten und Strategien können diese stärken und begünstigen somit gesund und mental stark aus Krisen herauszukommen. Eltern und Bezugspersonen haben einen massgeblichen Einfluss auf die Resilienz der Kinder.

Inhalt des Abends:

- Fachlicher Input zum Thema Resilienz
- Umgang mit Gefühlen und Emotionen
- Wie Eltern die Resilienz ihrer Kinder im Alltag stärken können

EigenTUN bietet Selbstbehauptungs- und Resilienztraining in Schulklassen aller Stufen und offenen Kinderkursen für Privatpersonen an, wie auch Kinder-, Jugend- und Familiencoachings. Ein weiteres Angebot im Auftrag vom Amt für Jugend und Berufsberatung des Kantons Zürich (AJB) sind sozialpädagogische Einzelbegleitungen. Im Bereich der Elternbildung bietet EigenTUN Fachreferate und Seminare an.

Der Tag kommt, an dem unsere Kinder den sicheren Hafen Schritt für Schritt verlassen müssen. Im stürmischen Alltag müssen die Kinder für Einiges gewappnet sein. Mit dem Fokus auf dem Umgang mit Gefühlen und Emotionen beschäftigen wir uns damit, wie wir unsere Kinder dafür stärken können. Kontakt Referentin: [eigentun.ch](http://eigentun.ch) – 044 225 80 00 – [willkommen@eigentun.ch](mailto:willkommen@eigentun.ch)

