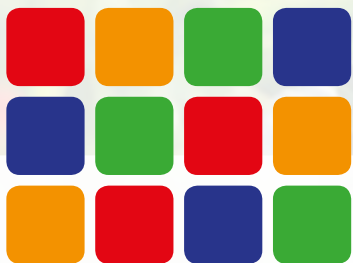


Kurse auch in
anderen Sprachen

ELTERNBILDUNGS



KALENDER

www.tageo.ch

Elternbildung Kanton Thurgau

März – August 2020

 **TAGEO**
Thurgauische Arbeitsgemeinschaft
für Elternorganisationen

Liebe Eltern, liebe Interessierte

Familien sind einem stetigen Wandel unterworfen, und mit dem Alter der Kinder ändern sich auch die Themen, die sie beschäftigen. Wir freuen uns, wenn Sie in der vorliegenden Kalenderausgabe den einen oder anderen Kurs finden, welcher Ihren Familienalltag bereichern oder erleichtern wird. Diese Anlässe bieten Ihnen nicht nur die Gelegenheit sich weiterzubilden, sondern auch Erfahrungen mit anderen Eltern zu teilen. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen anregenden Austausch und viel Freude bei der Umsetzung der Inputs.

- Inhalt:**
- Angebote für Eltern
 - Kurse und Einzelveranstaltungen
 - Angebote für Fremdsprachige
 - Wiederkehrende Veranstaltungen
 - Angebote für Veranstalter
 - Nützliche Hinweise

Herausgeberin: Thurgauische Arbeitsgemeinschaft für Elternorganisationen

Kurse und Einzelveranstaltungen

Jahre

März

Wachsen mit Resilienz: Was Kinder (und Erwachsene) stark macht

alle

Mi. 04.03.2020

19:30 – 21:00 Uhr

Das Konzept der Widerstandsfähigkeit, auch Resilienz genannt, hilft uns trotz Herausforderungen mit Leichtigkeit durchs Leben zu gehen. Lernen Sie im Vortrag, wie wir Resilienz in Erziehung, Familie, Schule, Beruf und Lebensalltag trainieren können.

Regula Forster-Benkler, Kindergärtnerin, Musikpädagogin, Beraterin für sinnzentrierte Psychotherapie (Logotherapie)

Kosten: Kollekte

Veranstalter: www.elternverein-frauenfeld.ch

Auskunft: 052 720 12 28

Schulanlage Auen, Vortragssaal (Aula), Thurstr. 23, 8500 Frauenfeld

Was ist Lerntherapie?

4–12|12–17

Mi. 04.03.2020

19:00 – 20:30 Uhr

Vortrag mit Tipps und Tricks individuelle Lernschwierigkeiten (Dyslexie, Dyskalkulie, ADHS, Suchtverhalten) zu meistern und Lernkompetenz aufzubauen. Hilfe zur Selbsthilfe durch ausserschulische Förderung in den Bereichen Lesen, Rechnen und Sprache.

Cornelia E. Matt, dipl. Lerntherapeutin und psychologische Beraterin

Kosten: Fr. 15.–

Veranstalter: Lifelonglearning, www.leben-ist-lernen.ch

Auskunft: 079 923 85 32, cornelia.matt@leben-ist-lernen.ch

Anmeldung: erforderlich

Lernstudio, Dozwilerstr. 3, 8593 Kesswil

«Land in Sicht!» Seminar für getrennt Lebende und Geschiedene

alle

Mi. 04.03.2020

3 × Mi. 4.3./25.3./22.4.2020

19:15 – 21:45 Uhr

1 × Sa. 14.3.2020

9:00 – 16:30 Uhr

(Kartause Ittingen)

Das Seminar bietet getrennt lebenden und geschiedenen Frauen und Männern Verarbeitungshilfen und öffnet neue Lebensperspektiven für die nächste Wegstrecke. Wie gelingt es mir, wieder Vertrauen ins Leben zu finden und meine Zukunft aktiv zu gestalten?

Barbara Krismer Burkard und Dirk von Malotki, beide Perspektive Thurgau, und Thomas Bachofner, Leiter tecum

Kosten: Fr. 160.– inkl. Mittagessen vom 14.3.2020

Veranstalter: Perspektive Thurgau und tecum

Auskunft: www.perspektive-tg.ch, www.tecum.ch

Anmeldung: bis 21.2.2020, tecum@kartause.ch

Perspektive Thurgau, Oberstadtstr. 6, 8500 Frauenfeld

Die fünf Sprachen der Liebe

alle

Mi. 04.03.2020

19:00 – 22:00 Uhr

Es gibt verschiedene Liebessprachen, welche in Familie und Partnerschaft gelebt werden. Kennen Menschen voneinander die bevorzugte Liebessprache, fließen Zuneigung und Wertschätzung nährender hin und her, und der Selbstwert wird nachhaltig gestärkt.

Susanna Vogel-Engeli,
Erwachsenenbildnerin,
Kursleiterin für Kommunika-
tion, Lehrerin, Familienfrau

Kosten: Fr. 60.–, Paare Fr. 100.–

Veranstalter: Susanna Vogel-Engeli, www.respektvoll.ch
Auskunft: 071 977 31 13, s.vogel-engeli@respektvoll.ch

Anmeldung: bis 2.3.2020

Therapiehaus, Schützenhausstr. 4, 9542 Münchwilen

Resilienz – stark fürs Leben

0–4|4–12

Do. 05.03.2020

19:30 Uhr

Wie können Eltern und Lehrpersonen das kindliche Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl stärken und dem Kind bei Misserfolgen, Konflikten oder Schwierigkeiten zur Seite stehen und seine Problemlösefähigkeit fördern?

Nora Völker-Munro,
Psychologin, systemische
Familienberaterin, Dozentin
an der Akademie für
Lerncoaching

Kosten: Fr. 5.– Unkostenbeitrag

Veranstalter: Elternforum Untersee und Rhein in
Kooperation mit PS Ermatingen

Auskunft: www.elternforum-untersee.ch

**Mehrzweckhalle Ermatingen,
Schönhaldenstr. 11, 8272 Ermatingen**

Gemeinsame Kinder – getrennt lebend «Rückenwind in der Erziehung»

alle

Mo. 09.03.2020

2 × Di. 9.3. und 23.3.2020
19:30 – 22:00 Uhr

Nach einer Trennung stehen Eltern vor vielen Herausforderungen. Wir gehen folgenden Fragen nach: Wie können wir als getrennt lebende Eltern begleiten? Wie gelingt es gute Eltern zu bleiben? Welche Hilfe- und Entlastungsmöglichkeiten gibt es?

Jrene Meli, Perspektive
Thurgau und
Armin Meusburger,
Fachstelle Kirchliche
Erwachsenenbildung

Kosten: Fr. 30.–

Veranstalter: Perspektive Thurgau,
Kath. Erwachsenenbildung Thurgau

Auskunft: 071 626 02 02, www.perspektive-tg.ch

Anmeldung: bis 5.3.2020, keb@kath-tg.ch

**Zentrum Franziskus, Kursraum Assisi (EG),
Franziskus-Weg 3, 8570 Weinfelden**

Hausaufgaben – die tägliche Herausforderung (Teil 1)

4–12|12–17

Mo. 09.03.2020

19:00 – 21:00 Uhr

Häufig entstehen Konflikte und Frust, wenn es um die Hausaufgaben geht. Wie kann ich mit meinem Kind ohne Stress und Streit zum optimalen Ziel finden, die Bedürfnisse erkennen und umsetzen? Für Eltern, die gelassener mit Hausaufgaben umgehen wollen.

Brigitte Wittmer, dipl.
Persönlichkeits-Coach und
zert. Team-Coach MPI,
Businessfrau und Mutter

Kosten: Fr. 25.– inkl. Material

Veranstalter: www.muetter-coaching.ch

Auskunft: 079 900 87 61, kontakt@muetter-coaching.ch

Anmeldung: erforderlich

**Volkschulgemeinde Wigoltingen, Raum Textiles
Werken, Bahnhofstr. 40, 8556 Wigoltingen**

Als Paar im Gespräch bleiben

alle

Mi. 11.03.2020

2 × Mi. 11.3. und 22.4.2020
18:30 – 22:00 Uhr

Eine tragfähige und schöne Beziehung gibt es nicht gratis, und sich wieder einmal bewusst Zeit zu zweit zu nehmen ist sehr wertvoll. Klare Kommunikation, Wertschätzung und Kenntnisse über die fünf Liebessprachen bringen frischen Wind in den Alltag.

Susanna Vogel-Engeli,
Erwachsenenbildnerin,
Kursleiterin für Kommunika-
tion, Lehrerin, Familienfrau

Kosten: Fr. 240.– pro Paar inkl. Apéro

Veranstalter: Susanna Vogel-Engeli, www.respektvoll.ch

Auskunft: 071 977 31 13, s.vogel-engeli@respektvoll.ch

Anmeldung: bis 5.3.2020

Therapiehaus, Schützenhausstr. 4, 9542 Münchwilen

Warum dauert das immer so lange?

Mi. 11.03.2020
19:30 – 21:30 Uhr

Wie kann das Verständnis für Dauer und Zeit von Kindern gefördert und unterstützt werden? Wie können Rituale und die Sprache hilfreich unterstützen? Kurzvortrag und Workshop mit Ideen zur einfachen Umsetzung in der Familie (0 bis 6 Jahre).

Marlis Furter, Sprachheilkindergärtnerin, Erwachsenenbildnerin, Schulpraxisberaterin/Supervisorin ISSVS

Kosten: Fr. 50.–
Veranstalter: Marlis Furter
Auskunft: 079 349 16 81, www.marlis-furter.ch
Anmeldung: bis 4.3.2020

Sprachheilschule Thurgau, Gartenstr. 8, 8560 Märstetten

0–4|4–12

«Ich kann was!» – Stärken und Begabungen erkennen und sinnvoll unterstützen

Mi. 11.03.2020
19:30 – 21:30 Uhr

Nicht in jedem Kind steckt ein Einstein – in jedem Kind stecken aber besondere Talente! Neben schulischen Stärken gibt es viele weitere Fähigkeitsbereiche, in denen Kinder und Jugendliche punkten können. Lernen wir diese breite Palette kennen!

Reto Cadosch, Primarlehrer, Dozent PHGR, Erwachsenenbildner FA, Lern- und Lehrberater, Vater

Kosten: keine
Veranstalter: Volksschulgemeinde Münchwilen
Auskunft: elternbildung@schule-muenchwilen.ch
Anmeldung: bis 26.2., sekretariat@schule-muenchwilen.ch

Schulzentrum Oberhofen, Aula, Eschlikonerstr. 7, 9542 Münchwilen

4–12|12–17

Analoge Wurzeln für digitale Kinder

Do. 12.03.2020
17:00 – 19:00 Uhr

Digitale Medien faszinieren Kinder – auch die Kleinsten. Doch tun sie ihnen auch gut? Dieses Seminar soll Möglichkeiten aufzeigen, Kinder in den ersten sechs Lebensjahren in der «echten Welt» zu verwurzeln, ohne die digitalen Möglichkeiten zu verteuflern.

Marion Sontheim, Elternbildnerin EBCH, dipl. Familienbegleiterin

Kosten: Fr. 30.–, Paare Fr. 50.–
Veranstalter: www.zusammen-wachsen.ch
Auskunft: info@zusammen-wachsen.ch
Anmeldung: erforderlich

Spielgruppe Bärenhöhle, Schulstr. 2, 8598 Bottighofen

0–4

Suchtprobleme bei Kindern

Do. 12.03.2020
19:00 – 20:30 Uhr

Wie erkenne ich potenzielles Suchtverhalten bei meinem Kind? Ist eine Suchtprävention möglich? Wie arbeite ich in der Lerntherapie mit z.B. einer Abhängigkeit von digitalen Medien? Welche Möglichkeiten gibt es in der Schule? U.v.m.

Cornelia E. Matt, dipl. Lerntherapeutin und psychologische Beraterin

Kosten: Fr. 15.–
Veranstalter: Lifelonglearning, www.leben-ist-lernen.ch
Auskunft: 079 923 85 32, cornelia.matt@leben-ist-lernen.ch

Anmeldung: erforderlich
Lernstudio, Dozwilerstr. 3, 8593 Kesswil

4–12|12–17

Notfälle bei Kleinkindern

Do. 12.03.2020
2 × 12.3. und 17.3.2020
19:00 – 22:15 Uhr

Der Kurs für sicheres Handeln in Notfallsituationen bei Kleinkindern (0 bis 8 Jahre). Gefahren im und rund ums Haus – Wiederbelebung – Sturz vom Wickeltisch – Fremdkörper verschlucken

Kursleiterin SSB und 2. Kursabend begleitet von Kinderarzt

Kosten: Fr. 120.–, Paare Fr. 220.–
Veranstalter: Samariterverein Frauenfeld
Auskunft: 079 451 31 72, www.samariter-frauenfeld.ch
Anmeldung: erforderlich, www.samariter-frauenfeld.ch

Schulhaus Reutenen, Zivilschutzanlage, Marktstr. 14, 8500 Frauenfeld

0–4|4–12

NEIN sagen, NEIN verstehen – ein Problem für dich?

4–12|12–17

Mo. 16.03.2020
19:00 – 21:00 Uhr

Wieso versteht und warum hört es niemand? In geführter Runde das «Nein» angehen. Darüber diskutieren, reden, sich damit auseinandersetzen. Ich bin nicht alleine mit dem «Nein» und muss nicht perfekt sein. Loslassen, entspannen und einverstanden sein.

Rita Schmid-Brunella,
Ausbilderin mit eidg. FA,
dipl. systemischer Coach

Kosten: Fr. 25.– inkl. Kaffee und Gebäck
Veranstalter: www.muetter-coaching.ch
Auskunft: 079 900 87 61, kontakt@muetter-coaching.ch
Anmeldung: erforderlich
**Chinderclub Gerlikon, Frauenfelderstr. 10A,
8500 Gerlikon**

Zecken im Vormarsch

alle

Di. 17.03.2020
20:00 Uhr

Mit Kindern in der Natur Spielen – was gibt es Schöneres! In den letzten Jahren haben sich Infektionskrankheiten nach Zeckenstichen massiv gehäuft. Dazu gehören die Lyme-Krankheit und FSME, eine Virusinfektion, welche zum Tode führen kann. Vortrag mit anschliessender Diskussionsrunde.

Prof. Dr. med.
Martin Krause, Chefarzt
Innere Medizin, Kantons-
spital Münsterlingen

Kosten: freiwilliger Unkostenbeitrag
Veranstalter: www.igea-amriswil.ch
Auskunft: 071 411 96 90, info@igea-amriswil.ch
**Alters- und Pflegezentrum, Saal,
Heimstr. 15, 8580 Amriswil**

Vorpubertät – die Ruhe vor dem Hormongewitter

4–12

Di. 17.03.2020
19:30 Uhr

Wie sollen Eltern in der Vorpubertät reagieren – mit Verständnis und Geduld? Oder eher mit Strenge und Regeln? An diesem Vortrag erhalten Sie ermutigende Antworten zu dieser nicht ganz einfachen Lebensphase.

Henri Guttman,
Jugendpsychologe,
Familientherapeut und Vater
von zwei Töchtern

Kosten: keine
Veranstalter: Elternbildung der PSG Märstetten, Ottoberg
und Amlikon-Holzhausern
Auskunft: elternbildung@primarschule-maerstetten.ch
**Schulhaus Regelwiesen, Foyer, Gartenstr. 12,
8560 Märstetten**

Was ist mit unserem Kind los?

4–12

Do. 19.03.2020
18:30 – 20:30 Uhr

Ungeschickt, zappelig, hochbegabt, verträumt, hochsensibel, ablenkbar...? Körperliche, emotionale und soziale Auffälligkeiten prägen den Alltag. Krücke Ritalin? Entwicklungsbasierte Wahrnehmungstrainings? Viele Fragen dazu können beantwortet werden.

Priska Rüegg-Käppeli,
Körper- und Atemtherapeu-
tin, ENWAKO-Trainerin

Kosten: Fr. 10.–, Paare Fr. 15.–
Veranstalter: Praxis ENWAKO, www.enwako.de
Auskunft: 056 225 25 84, priska_rueegg@bluewin.ch
Anmeldung: erforderlich
Praxis ENWAKO, Neugütliststr. 15, 9220 Bischofzell

Nur für Besitzer des Elternbildungskalenders!
Gratis Meckbande Comic zum SPICK Abo

www.spick.ch/elternbildung



Stressfrei Hausaufgaben begleiten

4–12|12–17

Do. 19.03.2020

19:00 – 21:00 Uhr

Jedes Kind hat seinen persönlichen Lerntypus. Wenn die Eltern einem anderen Lerntyp entsprechen, fühlen sich Kinder missverstanden, und es kommt zum Streit. Wir zeigen Ihnen, wie Sie den Lerntyp Ihres Kindes erkennen und optimal unterstützen können.

Bobby Weggenmann,
Lehrer, Förderdiagnostiker,
Theologe, Familien- und
Paarberater

Kosten: Fr. 50.–, Paare 75.–
Veranstalter: Lernflammen GmbH
Auskunft: 071 770 01 01, info@lernflammen.ch
Anmeldung: erforderlich

**Lernflammen-Förderzentrum, Parkstr. 8,
8280 Kreuzlingen**

Eltern TALK

alle

ab Mi. 25.03.2020

1 × monatlich Mittwoch,
Daten siehe Website
9:00 – 11:00 Uhr

Alle Eltern sitzen im gleichen Boot, und der Austausch unter Gleichgesinnten gibt neue Kraft, klärt die Gedanken und eröffnet neue Sichtweisen und Lösungsansätze. Gehört und ernstgenommen werden tut gut und gibt Entspannung für den Familienalltag.

Susanna Vogel-Engeli,
Erwachsenenbildnerin,
Kursleiterin für Kommunika-
tion, Lehrerin, Familienfrau

Kosten: Fr. 30.– inkl. Kaffee und Gebäck
Veranstalter: Susanna Vogel-Engeli, www.respektvoll.ch
Auskunft: 071 977 31 13, s.vogel-engeli@respektvoll.ch
Anmeldung: erforderlich (einzeln buchbar)
Therapiehaus, Schützenhausstr. 4, 9542 Münchwilen

Leben und Lernen (Arbeiten) mit ADHS

4–12|12–17

Do. 26.03.2020

19:15 – 20:45 Uhr

ADHS Hintergrund: Definition, Symptomatik, Ursachen und Risiken. Was kann ich als Lehrperson tun? Was kann ich als Eltern/als Erwachsener tun? Tipps aus der Lerntherapie, die Herausforderungen des Alltags mit Wissen, Können und Humor zu meistern.

Cornelia E. Matt,
dipl. Lerntherapeutin und
psychologische Beraterin

Kosten: Fr. 15.–
Veranstalter: Lifelonglearning, www.leben-ist-lernen.ch
Auskunft: 079 923 85 32,
cornelia.matt@leben-ist-lernen.ch
Anmeldung: erforderlich
Lernstudio, Dozwilerstr. 3, 8593 Kesswil

Lernspiele – spielend lernen

4–12|12–17

Do. 26.03.2020

19:00 – 21:00 Uhr

Lernspiele regen verschiedene Regionen im Hirn an. Das Referat erklärt, wie sich Lernspiele auf das Hirn und das Lernen auswirken. Anschliessend werden die Spiele ausprobiert. Ein Abend mit viel Spiel und Spass.

Bobby Weggenmann,
Lehrer, Förderdiagnostiker,
Theologe, Familien- und
Paarberater

Kosten: Fr. 45.–, Paare Fr. 70.–
Veranstalter: Lernflammen GmbH
Auskunft: 071 770 01 01, info@lernflammen.ch
Anmeldung: erforderlich
**Lernflammen-Förderzentrum, Parkstr. 8,
8280 Kreuzlingen**



«Tipps & Tricks» der Mütter- und Väterberatung

Die praktischen **Tipps & Tricks** unserer
Mütter- und Väterberaterinnen erscheinen
regelmässig und können abonniert werden.
www.muetterberatung-tg.ch



Mütter- und Väterberatung

Widerstand und Verweigerung in Kooperation verwandeln (Vortrag)

4–12

Do. 16.04.2020

19:30 Uhr

Wir alle wissen, wie anstrengend es sein kann, wenn sich Kinder widerspenstig verhalten oder sich verweigern. Im Vortrag erfahren Sie, welches die vitalen Anliegen hinter diesen unkooperativen Verhaltensweisen sind und wie Sie positiv damit umgehen.

Dr. Dr. Johannes Gasser,
klinischer Psychologe,
Kommunikationsforscher,
Coach, und Marianne
Fischer, Lehrperson,
Flowpraktikerin, Coach

Kosten: keine
Veranstalter: Elternbildung der PSG Märstetten,
Ottoberg und Amlikon-Holzhäusern
Auskunft: elternbildung@primarschule-maerstetten.ch
**Schulhaus Regelwiesen, Foyer, Gartenstr. 12,
8560 Märstetten**

Spiele, lernen, denken – kognitive Förderung mit Spielen

4–12|12–17

Sa. 18.04.2020

9:00 – 12:00 Uhr

Eltern erfahren, wie sich wichtige Grundfunktionen des Lernens mit Spielen trainieren lassen und lernen die positiven Auswirkungen ausgewählter Spiele auf Aufmerksamkeit, Merkfähigkeit und den Umgang mit Gefühlen theoretisch und praktisch kennen.

Roman Sommer, Lern-
therapeut, Berufs- und
Sekundarschullehrer, und
Sabina Hauser, Lernthera-
peutin, Sprachlehrerin

Kosten: Fr. 50.–, Paare Fr. 75.–
Veranstalter: Verein Lerntherapie Thurgau
Auskunft: info@lernenundgehirn.ch
Anmeldung: erforderlich
GBW, A217, Schützenstr. 9, 8570 Weinfelden

Waldhalbttag mit Taschenmesserprüfung

4–12

So. 19.04.2020

10:00 – 15:00 Uhr

An diesem Halbttag lernen Sie und vor allem Ihre Kinder das Schnitzen mit dem Taschenmesser. Unter Anleitung legen Ihre Kinder am Vormittag eine Taschenmesserprüfung ab, um am Nachmittag eigene Boote, Autos etc. zu schnitzen (es gibt Leihmesser).

Remo Gugolz,
Naturpädagogie

Kosten: keine
Veranstalter: Kant. Aktionsprogramm «Thurgau bewegt»
Auskunft: 079 665 12 71
Anmeldung: erforderlich, kurse@perspektive-tg.ch
**Waldschulzimmer (Lageplan bei Anmeldung),
8570 Weinfelden**

Hausaufgaben – die tägliche Herausforderung (Teil 2)

4–12|12–17

Mo. 20.04.2020

19:00 – 21:00 Uhr

Aufbau- und Vertiefungskurs zu Teil 1 mit folgenden Schwerpunkten: Wie unterstütze ich mein Kind bei den Hausaufgaben? Wieviel Hilfe ist sinnvoll? Welche Hilfsmittel bieten sich an? Praktische Tipps für einen entspannten Umgang mit Hausaufgaben.

Brigitte Wittmer,
dipl. Persönlichkeits-Coach
und zert. Team-Coach MPI,
Businessfrau und Mutter

Kosten: Fr. 25.– inkl. Material
Veranstalter: www.muetter-coaching.ch
Auskunft: 079 900 87 61, kontakt@muetter-coaching.ch
Anmeldung: erforderlich
**Volksschulgemeinde Wigoltingen, Raum Textiles
Werken, Bahnhofstr. 40, 8556 Wigoltingen**

Mütter – und Väterberatung
Paar-, Familien- und
Jugendberatung



Wir sind für Sie da!

Wuhrstrasse 2, 8580 Amriswil
071 411 88 82
www.conexfamilia.ch



Wut tut gut – Aggression als Einladung verstehen

Do. 23.04.2020
17:00 – 19:00 Uhr

Aggressionen sind häufig unerwünscht, die meisten Eltern wären über stets kooperative Kinder und Partner nicht unglücklich. Aber welchen Sinn hat unsere Wut? Wie können Kinder einen guten Umgang mit diesem starken Gefühl entwickeln?

Marion Sontheim,
Elternbildnerin EBCH,
dipl. Familienbegleiterin

Kosten: Fr. 30.–, Paare Fr. 50.–
Veranstalter: www.zusammen-wachsen.ch
Auskunft: info@zusammen-wachsen.ch
Anmeldung: erforderlich

Spielgruppe Bärenhöhle, Schulstr. 2, 8598 Bottighofen

0–4|4–12

Erziehen ohne Strafen

Fr. 24.04.2020
14:00 – 16:00 Uhr

Kinder brauchen Führung. Gute Führung ohne Strafen ist möglich und ein grosser Gewinn für das Selbstwertgefühl sowie die soziale und emotionale Entwicklung eines Kindes. Ein Seminar voller Mut zu Beziehung und Kooperation statt Macht und Gehorsam.

Marion Sontheim,
Elternbildnerin EBCH,
dipl. Familienbegleiterin

Kosten: Fr. 30.–, Paare Fr. 50.–
Veranstalter: www.zusammen-wachsen.ch
Auskunft: info@zusammen-wachsen.ch
Anmeldung: erforderlich

Spielgruppe Bärenhöhle, Schulstr. 2, 8598 Bottighofen

0–4|4–12

Dicke Luft und dünne Nerven

Fr. 24.04.2020
2 × Fr. 24.4. und 15.5.2020
8:30 – 11:30 Uhr

Wenn die Luft dick und die Nerven dünn sind, endet das oft in Schimpf und Streit. Diese Stimmung belastet Familie und Partnerschaft. Durch Inputs und den Austausch mit anderen Eltern erhalten Sie neue Lösungsansätze, Zuversicht und frischen Mut.

Susanna Vogel-Engeli,
Erwachsenenbildnerin,
Kursleiterin für Kommunikation, Lehrerin, Familienfrau

Kosten: Fr. 120.–, Paare Fr. 220.–
Veranstalter: Susanna Vogel-Engeli, www.respektvoll.ch
Auskunft: 071 977 31 13, s.vogel-engeli@respektvoll.ch
Anmeldung: bis 20.4.2020

Therapiehaus, Schützenhausstr. 4, 9542 Münchwilen

alle

Spitalführung

Mi. 29.04.2020
13:20 – 15:15 Uhr

Nach Möglichkeit werden den Kindern unter fachkundiger Führung Bereiche wie die Notfallstation, das Ambulanzfahrzeug, die Anästhesie, ein Krankenbettzimmer sowie das Röntgen gezeigt und altersgerecht erklärt (für Kinder von 6 bis 14 Jahren in Begleitung).

Mitarbeiterinnen des
Kantonsspitals

Kosten: Kollekte zugunsten Elternverein
Veranstalter: www.elternverein-frauenfeld.ch
Auskunft: spitalfuehrung@gmx.ch
Anmeldung: erforderlich

Kantonsspital, Eingangsbereich, 8500 Frauenfeld

4–12

Stressfrei Hausaufgaben begleiten

Do. 07.05.2020
19:00 – 21:00 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 19.03.2020

Bobby Weggenmann,
Lehrer, Förderdiagnostiker,
Theologe, Familien- und
Paarberater

Kosten: Fr. 50.–, Paare 75.–
Anmeldung: erforderlich
**Lernflammen-Förderzentrum, Parkstr. 8,
8280 Kreuzlingen**

4–12|12–17

Faszination Bildschirm – Umgang mit Medienkonsum

4–12

Sa. 09.05.2020
9:00 – 12:00 Uhr

Der Einfluss der sozialen Medien auf unsere Kinder stellt Eltern vor eine grosse Herausforderung. In diesem praxisnahen Kurs entwickeln die Eltern Strategien, wie ein passender Medienumgang für alle Familienmitglieder gelingt.

Gabi Woerlen, Eltern- und Erwachsenenbildnerin, Ausbilderin eid. FA

Kosten: Fr. 5.– Unkostenbeitrag
Veranstalter: Elternforum Aadorf
Auskunft: 078 731 59 11, elternbildung@schulenaadorf.ch
Anmeldung: erforderlich, elternbildung@schulenaadorf.ch
Primarschulhaus Löhracker, Mehrzweckraum, Rietstr. 1, 8355 Aadorf

Hausaufgaben – die tägliche Herausforderung (Teil 1)

4–12|12–17

Mo. 11.05.2020
19:00 – 21:00 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 09.03.2020

Brigitte Wittmer, dipl. Persönlichkeits-Coach und zert. Team-Coach MPI, Businessfrau und Mutter

Kosten: Fr. 25.– inkl. Material
Anmeldung: erforderlich
Volksschulgemeinde Wigoltingen, Raum Textiles Werken, Bahnhofstr. 40, 8556 Wigoltingen

Lernen im digitalen Zeitalter

alle

Di. 12.05.2020
19:00 – 21:30 Uhr

Sie erfahren, welchen Einfluss digitale Medien auf die Entwicklung von Lernfähigkeit und Lernen haben. Sie erhalten Einblick, wie Ihr Gehirn tickt und was es braucht, dass junge und ältere Lernende trotz digitaler Medien erfolgreich lernen können.

Roman Sommer, Lerntherapeut, Berufs- und Sekundarschullehrer, Vater von Zwillingen

Kosten: Fr. 25.–
Veranstalter: Verein Lerntherapie Thurgau
Auskunft: info@lernenundgehirn.ch
Anmeldung: erforderlich
GBW, A217, Schützenstr. 9, 8570 Weinfelden

Mehr Selbstvertrauen und innere Stärke für Ihr Kind

4–12|12–17

Di. 12.05.2020
19:30 – 20:30 Uhr

Warum ist mein Kind unter Druck? Wieso zieht sich mein Kind zurück? Warum ist mein Kind traurig? Erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind unterstützen können und wie es aus eigener Kraft zu mehr Selbstvertrauen und innerer Stärke gelangen kann.

Corinne Oeschger-Farner, Kursleiterin in Entspannungstechniken und mentalem Training, Familienfrau

Kosten: keine
Veranstalter: Corinne Oeschger-Farner
Auskunft: 079 464 40 47, www.himmelshaus.ch
Anmeldung: erforderlich, corinne.oeschger@gmail.com
Praxisgemeinschaft am Marktplatz, St. Gallerstr. 10, 8500 Frauenfeld

Spitalführung

4–12

Mi. 13.05.2020
13:20 – 15:15 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 29.04.2020

Mitarbeiterinnen des Kantonsspitals

Kosten: Kollekte zugunsten Elternverein
Anmeldung: erforderlich
Kantonsspital, Eingangsbereich, 8500 Frauenfeld

Burnout bei Kindern ODER wenn alles zu viel wird

alle

Mi. 13.05.2020
19:30 – 21:00 Uhr

Immer häufiger klagen Kinder über Erschöpfung und Antriebslosigkeit. Sie leiden unter dem ständigen Erfolgs- und Leistungsdruck. Der Referent erläutert Symptome und Ursachen und zeigt Massnahmen auf, was Eltern dagegen tun können.

Dr. Kurt Albermann,
Chefarzt SPZ, Facharzt
für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-psychotherapie,
Facharzt für Kinderheilkunde
und Jugendmedizin

Kosten: Kollekte
Veranstalter: Elterngruppe Müllheim
Auskunft: 052 721 26 68, susle.staeheli@bluewin.ch
Schulhaus Wiel, Singsaal, Im Wiel, 8555 Müllheim

Eltern coachen ihre Kinder

alle

Mi. 13.05.2020
2 × Mi. 13.5. und 3.6.2020
8:30 – 11:30 Uhr

Mit dem lösungsorientierten Ansatz lernen Sie, wie Sie die Kreativität, Eigeninitiative und Verantwortung der Kinder fördern können. Das Kind wird zum Experten für die eigenen Lösungen. Sie als Eltern erfahren mehr Gelassenheit und Freude im Alltag.

Susanna Vogel-Engeli,
Erwachsenenbildnerin,
Kursleiterin für Kommunikation, Lehrerin,
Familienfrau

Kosten: Fr. 120.–, Paare Fr. 220.– inkl. Material
Veranstalter: Susanna Vogel-Engeli, www.respektvoll.ch
Auskunft: 071 977 31 13, s.vogel-engeli@respektvoll.ch
Anmeldung: bis 5.5.2020
Therapiehaus, Schützenhausstr. 4, 9542 Münchwilen

Streit – Ausgrenzung – Mobbing

4–12|12–17

Do. 14.05.2020
20:00 Uhr

Streiten gehört zum Alltag. Doch was ist, wenn der Streit nicht aufhört? Und das Machtgefälle unter den Beteiligten zunimmt und jemand ausgeschlossen wird? Im Referat werden die Ursachen und Mechanismen von Streit, Ausgrenzung und Mobbing dargelegt.

Heike Maria Günther,
Schulsozialarbeiterin,
Supervisorin und Coach BSO

Kosten: Fr. 5.– Unkostenbeitrag
Veranstalter: www.elternforum-untersee.ch
Auskunft: fraenzi@elternforum-untersee.ch
Schulhaus Hub, Aula, Frauenfelderstr. 10, 8266 Steckborn

Widerstand und Verweigerung in Kooperation verwandeln (Workshop)

4–12

Do. 14.05.2020
2 × Do. 14.5. und 4.6.2020
18:30 – 21:30 Uhr

Kann ich meine Art zu kommunizieren so verändern, damit meine Kinder mehr Lust haben zu kooperieren? Im Kurs werden Ihre konkreten Beispiele aus dem Alltag besprochen, und Sie erhalten Tipps und Tricks der Flow-Kommunikation für eine souveräne Erziehung.

Dr.Dr. Johannes Gasser,
klinischer Psychologe,
Kommunikationsforscher,
Coach, und Marianne
Fischer, Lehrperson,
Flowpraktikerin, Coach

Kosten: Fr. 190.–, Paare Fr. 290.–
Veranstalter: Elternbildung der PSG Märstetten, Ottoberg und Amlikon-Holzhäusern
Auskunft: elternbildung@primarschule-maerstetten.ch
Anmeldung: bis 30.4.2020,
elternbildung@primarschule-maerstetten.ch

Schulhaus Regelwiesen, Gartenstr. 12, 8560 Märstetten

Was ist mit unserem Kind los?

alle

Mi. 20.05.2020
9:30 – 11:30 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 19.03.2020

Priska Rüegg-Käppeli,
Körper- und Atemtherapeutin,
ENWAKO-Trainerin

Kosten: Fr. 10.–, Paare Fr. 15.–
Anmeldung: erforderlich
Praxis ENWAKO, Neugütliststr. 15, 9220 Bischofszell

Humor und Gelassenheit in der Erziehung

4–12|12–17

Mi. 03.06.2020
20:00 Uhr

Ein vergnüglicher Workshop. Wir werden entdecken, wie fehlende Gelassenheit und hohe Erwartungen uns die Lockerheit rauben, sodass kein Humor aufkommen kann. Ziel ist es, die eigenen blockierenden Vorstellungen mit Humor und Heiterkeit zu überbrücken!

André Dietziker, lic.phil.,
Fachpsychologe für
Psychotherapie FSP

Kosten: keine
Veranstalter: KIDcare, www.kidcare.ch
Auskunft: 052 366 04 04

**Kath. Pfarreizentrum St. Johannes,
Grosser Saal EG, Freiestr. 13, 8570 Weinfelden**

Hausaufgaben – die tägliche Herausforderung (Teil 2)

4–12|12–17

Mo. 08.06.2020
19:00 – 21:00 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 20.04.2020

Brigitte Wittmer, dipl.
Persönlichkeits-Coach und
zert. Team-Coach MPI,
Businessfrau und Mutter

Kosten: Fr. 25.– inkl. Material
Anmeldung: erforderlich

**Volksschulgemeinde Wigoltingen, Raum Textiles
Werken, Bahnhofstr. 40, 8556 Wigoltingen**

Spitalführung

4–12

Mi. 17.06.2020
14:00 – 15:30 Uhr

Kindern ab 4 Jahren in Begleitung der Eltern wird das Spitalleben in der Kinderklinik auf verständnisvolle Art näher gebracht. Nach Möglichkeit werden die Notfallstation, das Röntgen, das Gipszimmer und das Ambulanzfahrzeug besichtigt und kindgerecht erklärt.

Brigitte Walther,
Pflegefachfrau

Kosten: Kollekte für die Stiftung Theodora
Veranstalter: Klinik für Kinder und Jugendliche
Anmeldung: erforderlich, 071 695 36 88

**Kantonsspital, beim Haupteingang, Spitalcampus 1,
8596 Münsterlingen**

Notfälle bei Kleinkindern

0–4|4–12

Do. 18.06.2020
2 × 18.6. und 23.6.2020
19:00 – 22:15 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 12.03.2020

Kursleiterin SSB und
2. Kursabend begleitet von
Kinderarzt

Kosten: Fr. 120.–, Paare Fr. 220.–
Anmeldung: erforderlich, www.samariter-frauenfeld.ch
**Schulhaus Reutenen, Zivilschutzanlage,
Marktstr. 14, 8500 Frauenfeld**

Schüssler Salze für Ihr Kind – vom Säugling bis zum Teenager

alle

Mi. 24.06.2020
18:00 – 21:15 Uhr

Im Kurs werden Anwendung und Dosierung nach den spezifischen Bedürfnissen der einzelnen Entwicklungsphasen besprochen.

Sabine Trautner, dipl.
Pflegefachfrau für Kinder,
Heilpraktikerin

Kosten: Fr. 90.–
Veranstalter: GBW, Fachschaft Hauswirtschaft
Auskunft: 058 345 76 44, sandra.kott@gbw.ch
Anmeldung: erforderlich, erwachsenenbildung@gbw.ch
BBZ Arenenberg, Raum Levis, 8268 Salenstein

Lernspiele – spielend lernen

4–12|12–17

Do. 25.06.2020
19:00 – 21:00 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 26.03.2020

Bobby Weggenmann,
Lehrer, Förderdiagnostiker,
Theologe, Familien- und
Paarberater

Kosten: Fr. 45.–, Paare Fr. 70.–
Anmeldung: erforderlich

**Lernflammen-Förderzentrum, Parkstr. 8,
8280 Kreuzlingen**

Englisch und Französisch lernen mit Wortbrücken

12–17

Sa. 27.06.2020
9:30 – 11:30 Uhr

An diesem Morgen erfahren Sie, wie Sie und Ihre Kinder mittels Gedächtnistechnik einfach und effizient Wörter einer Fremdsprache lernen können.

Sabina Hauser, Übersetzerin,
Sprachlehrerin, Lernthera-
peutin

Kosten: Fr. 20.–
Veranstalter: Treffpunkt Lernen & Gehirn
Anmeldung: erforderlich, info@lernenundgehirn.ch
GBW, A217, Schützenstr. 9, 8570 Weinfelden

Notfälle bei Kleinkindern

0–4|4–12

Do. 06.08.2020
2 × 6.8. und 11.8.2020
19:00 – 22:15 Uhr

Weitere Angaben siehe gleiche Veranstaltung vom 12.03.2020

Kursleiterin SSB und
2. Kursabend begleitet von
Kinderarzt

Kosten: Fr. 120.–, Paare Fr. 220.–
Anmeldung: erforderlich, www.samariter-frauenfeld.ch
**Schulhaus Reutenen, Zivilschutzanlage,
Marktstr. 14, 8500 Frauenfeld**

Gehirntraining für die ganze Familie

alle

Sa. 22.08.2020
9:30 – 11.30 Uhr

Handy aus, Hirn an! An diesem Morgen erfahren Sie, wie Sie und Ihre Kinder mit erprobtem Material Ihr Gehirn aktivieren und so einen Gegenpol zur zunehmenden Digitalisierung schaffen können und wie sich Gedächtnistechniken einsetzen lassen.

Sabina Hauser, Übersetzerin,
Sprachlehrerin, Lernthera-
peutin

Kosten: Fr. 20.–
Veranstalter: Treffpunkt Lernen & Gehirn
Auskunft: info@lernenundgehirn.ch
Anmeldung: erforderlich
GBW, A217, Schützenstr. 9, 8570 Weinfelden

Familienklima aktiv schützen

alle

ab Fr. 28.08.2020
Daten siehe Website
(mehrteilig)

Respekt, Wertschätzung und Selbstfürsorge fördern ein gesundes Familienklima und stärken die Beziehungen. Durch Austausch, Übungen, Rollenspiele und Inputs nach Thomas Gordon/Jesper Juul erhalten die Teilnehmenden neue Ansätze für ihre Kommunikation.

Susanna Vogel-Engeli,
Erwachsenenbildnerin,
Kursleiterin für Kommunika-
tion, Lehrerin, Familienfrau

Kosten: Fr. 700.–, Paare Fr. 1250.– inkl. Material
Veranstalter: Susanna Vogel-Engeli, www.respektvoll.ch
Auskunft: 071 977 31 13, s.vogel-engeli@respektvoll.ch
Anmeldung: bis 20.8.2020
Therapiehaus, Schützenhausstr. 4, 9542 Münchwilen



parentu -
Die App für informierte Eltern

Gratis Download / Unterstützt durch den Kanton Thurgau



respektvoll
mit mir & dir

Kommunikation
in Familie
& Beruf



BERATUNG

KURSE

REFERATE

Susanna Vogel-Engeli

071 977 31 13 | www.respektvoll.ch | s.vogel-engeli@respektvoll.ch



Soziale Beratungen

Budgetberatung | Fachstelle Opferhilfe Thurgau |
Beratungsstelle für Familienplanung,
Schwangerschaft und Sexualität | Rechtsauskunft

benefo.ch

6x Theater

für Kinder und Jugend

Februar - Mai 2020

Weinfelden, Frauenfeld, Kreuzlingen



KULTUR IM
EISENWERK

50 Jahre THEATER
AN DER GRENZE

theater
haus
thurgau

www.theaterblitze.ch

theater
blitze



Schenken Sie einem Kind
ein Zuhause

Werden Sie Pflegeeltern.
Wir unterstützen Sie dabei.

Tel. 052 366 04 04 • kidcare.ch

 **KIDcare**



Schenk mir eine Geschichte – Family Literacy

Pokloni mi pricu – serbokroatisch

0–4

ab Di. 14.01.2020

14.1./25.2./10.3./24.3./
7.4./14.4./21.4./5.5./19.5./
2.6.2020
15:30 – 17:00 Uhr

Mi otkrivamo svet slikovnica i jezika. Deca u starosti od 2 do 6 godina su rado pozvani da dodju sa roditeljima, bakama i dekama da upoznaju price, pesme i stihove. Tom prikom roditelji dobijaju sugestije za podsticanje govora kod svoje dece.

Animator:
Slavica Lapcevic-Tomic

Kosten: Ulaz besplatan
Veranstalter: TAGEO, Stadt Weinfelden
Auskunft: 071 620 08 43, radelapcevic@bluewin.ch
Familienzentrum, Freiestr. 9, 8570 Weinfelden

Schenk mir eine Geschichte – deutsch

0–4

ab Di. 04.02.2020

4.2./11.2./18.2./25.2./3.3./
10.3./17.3./24.3./14.4./
21.4.2020
9:00 – 10:30 Uhr

Wir entdecken die Welt der Bilderbücher und Sprache. Kinder im Alter von 2 bis 6 Jahren sind mit ihren Eltern/Grosseltern eingeladen, Geschichten, Verse und Lieder kennenzulernen. Eltern erhalten Anregungen zur Sprachförderung ihrer Kinder.

Animatorin: Karin Patton

Kosten: Teilnahme gratis
Veranstalter: TAGEO, Stadt Weinfelden
Auskunft: 079 430 36 53
Anmeldung: erforderlich
Familienzentrum, Freiestr. 9, 8570 Weinfelden

Më dhuro nje trëgim – albanisch

0–4

ab Do. 06.02.2020

6.2./20.2./27.2./12.3./23.4./
30.4.2020
14:30 – 16:00 Uhr

Ne e zbulojmë botën e librave me ilustrime në gjuhën shqipe. Fëmijët nga moshë 2-6 vjeç janë të ftuar së bashku me prindërit/ gjyshërit e tyre që të dëgjojnë përralla dhe të mësojnë këngë dhe vjersha. Prindërit marin sugjerime për nxitjen e gjuhës së fëmijëve të tyre.

Animatore: Zana Abdili

Kosten: Hyrja falas
Veranstalter: Verein Bibliothek der Kulturen
Auskunft: 076 236 96 44
Kantonsbibliothek Thurgau, Promenadenstr. 12, 8500 Frauenfeld

Bana bir hikaye hediye et – türkisch

0–4

ab Mi. 26.02.2020

26.2./18.3./25.3./14.4./
29.4./13.5.2020
14:15 – 15:45 Uhr

Resimli kitapların ve dillerin dünyasını keşfediyoruz. 2–6 yaş arası çocuklar, ebeveynleri / büyükanneleri ve dedeleri, hikayeler, şiirler ve şarkılarla tanışmaya davetlidirler. Ebeveynler çocuklarının dil öğrenimini desteklemek için öneriler alabilirler.

Animatör: Sultan Uzunova

Kosten: Katılım Ücretsizdir
Veranstalter: Verein Bibliothek der Kulturen
Auskunft: 076 434 64 47, sultan_1961@hotmail.com
Kantonsbibliothek Thurgau, Promenadenstr. 12, 8500 Frauenfeld

Sprachspielgruppe Frauenfeld – gezielte sprachliche Frühförderung für Kinder im Vorschulalter

0–4

ab August 2020

Schuljahr 2020/21

siehe Website

Durch frühzeitige und gezielte Förderung im sprachlichen Bereich soll den Kindern der Einstieg in den Kindergarten und in die Schule erleichtert werden (für fremdsprachige Kinder sowie auch für Deutsch sprechende Kinder mit Sprachentwicklungsverzögerung).

Sprachspielgruppenleiterinnen, Stadt Frauenfeld

Kosten: ab Fr. 180.– pro Semester
Veranstalter: Fachstelle Frühe Förderung u. Kinderbetreuung
Auskunft: 052 724 56 60
Anmeldung: erforderlich, www.agi.frauenfeld.ch
Amt für Gesellschaft und Integration, Sprachspielgruppe, Kasernenplatz 4, 8500 Frauenfeld

Deutsch als Zweitsprache – Sprachkurse im Kanton Thurgau

Eine Liste sämtlicher Deutschkurse im Kanton Thurgau finden Sie auf der Website des Migrationsamtes.

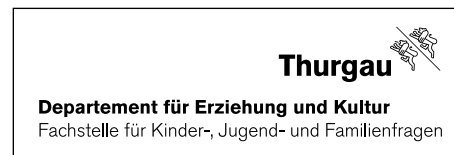
Auskunft: www.migrationsamt.tg.ch
► Fachstelle Integration ► Deutschkurse

Kompetenzzentren Integration

In den regionalen Kompetenzzentren Integration und Fachstellen Integration erhalten Migrantinnen und Migranten niederschwellige Beratung in Fragen der Alltagsbewältigung, des Spracherwerbs sowie der beruflichen und sprachlichen Integration.

Fachstelle Integration	071 414 12 34
Fachstelle Integration	071 447 61 63
Kompetenzzentrum Integration Bezirk Frauenfeld	052 724 56 60
Kompetenzzentrum Integration Bezirk Kreuzlingen	071 677 62 34
Fachstelle Integration	058 346 83 31
Kompetenzzentrum Integration Bezirk Weinfelden	071 622 04 06

Arbonerstrasse 2, 8580 Amriswil
Wallhallastrasse 2, 9320 Arbon
Kasernenplatz 4, 8500 Frauenfeld
Marktstrasse 4, 8280 Kreuzlingen
Bahnhofstrasse 2, 8590 Romanshorn
Pestalozzistrasse 14, 8570 Weinfelden



Wiederkehrende Veranstaltungen

Jahre

Baby-Schwimmen

0–4

Daten siehe Website, diverse Kurszeiten am Montag

Entdecken und erleben Sie gemeinsam mit Ihrem Kind das Element Wasser. Das Kind macht im Wasser viele Bewegungserfahrungen und nimmt seinen Körper intensiv wahr. Der Körperkontakt stärkt die Eltern-Kind-Bindung.

Christin Hugelshofer, Leiterin Aqua-Baby, Aqua-Family und Aqua-Kids

Kosten: ab Fr. 180.– inkl. Badeeintritt
Veranstalter: Kids-Schwimmen
Auskunft: 079 746 12 34, www.kids-schwimmen.ch
Anmeldung: erforderlich, www.kids-schwimmen.ch
Ekkharthof, Therapiebad, Rütelistr. 2, 8574 Lengwil

Baby-Schwimmen – Wassergewöhnung für Babys und Kleinkinder

0–4

Daten siehe Website, jeweils Di., Fr. oder Sa.

Die Entwicklung des Kindes wird durch die Bewegungsfähigkeit im Wasser (34° C) gefördert. Durch die Bewegungserfahrungen werden weitere motorische Folgebewegungen erleichtert, und der intensive Körperkontakt stärkt die Eltern-Kind-Beziehung.

Barbara Schlepfer-Kolb, Kursleiterin Aqua-Baby und Aqua-Family by swimports

Kosten: ab Fr. 120.– je nach Kursblocklänge
Veranstalter: Barbara Schlepfer-Kolb
Auskunft: 071 461 25 72, info@bade-plausch.ch
Anmeldung: erforderlich, www.bade-plausch.ch
Ekkharthof, Therapiebad, Rütelistr. 2, 8574 Lengwil

Buggyfit – in Bewegung mit Kind und Kinderwagen

0–4

Daten siehe Website

Das Training ist so aufgebaut, dass Sie in 60 Minuten geschwächte Muskelpartien stärken und mit einer Ausdauerinheit ins Schwitzen kommen. Dazwischen ist immer wieder Zeit, um sich mit anderen Müttern auszutauschen.

Rahel Sieder, Erika Fraga Lencioni, Ariane Herger und Marion Furlani, Kursleiterinnen Buggyfit

Kosten: keine
Veranstalter: Kant. Aktionsprogramm «Thurgau bewegt»
Auskunft: 071 626 02 02, g.bellini@perspektive-tg.ch
Anmeldung: erforderlich, www.buggyfit-tg.ch
Aadorf, Bischofszell, Frauenfeld, Romanshorn

Dunstan Babysprache

0–4

Daten auf Anfrage

Alle neugeborenen Babys nutzen ab der Geburt fünf spezifische Laute, um ihre Grundbedürfnisse zu signalisieren, und zwar schon vor dem Weinen. Im Workshop lernen Sie diese Laute zu identifizieren und bedürfnisorientiert zu reagieren.

Karin Patton, Pflegefachfrau

Kosten: Fr. 80.–, Paare Fr. 120.– inkl. Unterlagen
Veranstalter: Dunstan Babysprache
Auskunft: karin.patton@babyzeichensprache.com
Anmeldung: erforderlich, 71 374 13 68
Region Weinfelden, Neukirch und Umgebung

Eltern-Kind-Gruppe Frauenfeld

0–4

Daten siehe Website, jeweils 10 × Fr. oder Sa.

Die Gruppe bietet Kindern und Eltern die Möglichkeit, gemeinsam Neues zu erforschen und so die Freude am Lernen zu entdecken und Lernsituationen im Alltag zu erkennen und zu nutzen.

Therese Baumgartner und Lirije Begzati, Stadt Frauenfeld

Kosten: ab Fr. 80.–
Veranstalter: Fachstelle Frühe Förderung u. Kinderbetreuung
Auskunft: 052 724 56 60
Anmeldung: erforderlich, www.agi.frauenfeld.ch
Amt für Gesellschaft und Integration, Kasernenplatz 4, 8500 Frauenfeld

Eltern-Kind-Gruppe Kreuzlingen (1 bis 3 Jahre)

0–4

jeden Mi. und Fr.,
Details siehe Website

In der Eltern-Kind-Gruppe bekommen die Kinder Zeit, in einer liebevoll vorbereiteten Umgebung auf Entdeckungsreise zu gehen. Die Erwachsenen haben dabei etwas Zeit durchzuatmen und dürfen die Eigenaktivität ihres Kindes beobachten.

Christiane Züger,
Gruppenleiterin

Kosten: Fr. 28.– / Nachmittag
Veranstalter: www.steinerschulekreuzlingen.ch
Auskunft: 071 672 17 10, mail@rssk.ch
Anmeldung: erforderlich, mail@rssk.ch
**Rudolf Steiner Schule, Bahnhofstr. 15,
8280 Kreuzlingen**

Eltern-Kind-Schwimmen

0–4

Daten siehe Website,
jeweils 10 × Di. oder Do.

Die Kinder ab 2 1/2 Jahren bis zum Schwimmschuleintritt lernen, sich in Begleitung einer erwachsenen Bezugsperson selbstständig im Wasser zu bewegen. Sie erlernen neue Möglichkeiten, und ihr Selbstvertrauen wird gestärkt.

Barbara Schlepfer-Kolb,
Kursleiterin Aqua-Baby und
Aqua-Family by swimsports

Kosten: Fr. 105.–
Veranstalter: Barbara Schlepfer-Kolb
Auskunft: 071 461 25 72, info@bade-plausch.ch
Anmeldung: erforderlich, www.bade-plausch.ch
BBZ Hallenbad, Bleichestr. 3, 8570 Weinfelden

Eltern-Kind-Schwimmen

0–4

Daten siehe Website,
diverse Kurszeiten am
Montag

Entdecken und erleben Sie gemeinsam mit Ihrem Kind das Element Wasser. Das Kind macht im Wasser viele Bewegungserfahrungen und nimmt seinen Körper intensiv wahr. Der Körperkontakt stärkt die Eltern-Kind-Bindung.

Christin Hugelshofer,
Leiterin Aqua-Baby,
Aqua-Family und
Aqua-Kids

Kosten: ab Fr. 180.– inkl. Badeeintritt
Veranstalter: Kids-Schwimmen
Auskunft: 079 746 12 34, www.kids-schwimmen.ch
Anmeldung: erforderlich, www.kids-schwimmen.ch
Ekkharthof, Therapiebad, Rütelistr. 2, 8574 Lengwil

Ernährungsberatung während und nach der Schwangerschaft

0–4

Daten gemäss individueller
Terminvereinbarung

Mutter und Kind benötigen eine ausgewogene Ernährung. Profitieren Sie von einer individuellen Ernährungsberatung (bis ein Jahr nach Geburt). Stellen Sie Ihre Fragen zur Ernährung, und erhalten Sie qualifizierte Antworten.

Ernährungsberaterinnen

Kosten: keine
Veranstalter: Kant. Aktionsprogramm «Thurgau bewegt»
Auskunft: 071 626 02 02, g.bellini@perspektive-tg.ch
Anmeldung: erforderlich, www.essen-tg.ch
Frauenfeld, Münsterlingen, Weinfelden, Romanshorn

Geburtsvorbereitung

0–4

Daten siehe Website,
Abend- und Wochenend-
kurse für Paare

Der Kurs soll Ihnen als Paar helfen, sich mit der neuen Lebenssituation auseinander zu setzen und das Vertrauen in den vor Ihnen liegenden Weg als Eltern zu stärken. Sie erhalten neben wichtigen Informationen auch Raum und Zeit für Begegnungen und stärkende Gespräche.

Andrea Kunz und
Bettina Suitner, Hebammen

Kosten: Fr. 300.–
Veranstalter: www.hebammenpraxiskreuzlingen.ch
Auskunft: akunz@hebammenpraxiskreuzlingen.ch
Anmeldung: erforderlich
Hebammenpraxis, Bahnhofstr. 31, 8280 Kreuzlingen

Geburtsvorbereitung für Erstgebärende (4 Abende)

0–4

Daten siehe Website
19:00 – 21:00 Uhr

Dieser Kurs richtet sich an Schwangere, die ihr erstes Kind erwarten und sich gerne auf die Geburt und die Zeit danach vorbereiten möchten. Optimaler Kursbeginn ist ab der 33. Schwangerschaftswoche (inkl. 2 Partnerabende).

Hebammen vom Kantons-
spital Münsterlingen

Kosten: Fr. 280.–
Veranstalter: Frauenklinik Kantonsspital Münsterlingen
Auskunft: www.stgag.ch/events
Anmeldung: erforderlich, stationgebbs.ksm@stgag.ch
Kantonsspital, Spitalcampus, 8596 Münsterlingen

Geburtsvorbereitung für Paare mit HypnoBirthing

0–4

Daten siehe Website,
jeweils 4 × Montag,
19:00 – 22:00 Uhr

Sie erlernen die Selbsthypnose für eine entspannte Schwangerschaft und tiefe Entspannung bei der Geburt. Die vor- und nachgeburtliche Eltern-Kind-Bindung steht im Zentrum. Atemübungen, Massage, Geburtspositionen, Dammvorbereitung und mehr (ab der 15. Schwangerschaftswoche).

Elisabeth Kornmaier,
Hebamme, HypnoBirthing
zertifizierte Kursleiterin

Kosten: Fr. 750.– pro Paar
Veranstalter: Kantonsspital Münsterlingen
Auskunft: www.stgag.ch/events
Anmeldung: erforderlich, www.stgag.ch/events
Kantonsspital, Spitalcampus, 8596 Münsterlingen

Kurse für Mamis & Schwangere

0–4

Daten siehe Website

Das breite Kursangebot von Trainingsmöglichkeiten für Mamis von der Schwangerschaft bis ins Kleinkindalter. Schwangerschaftsgymnastik / Rückbildung / Babymassage / fitdankbaby® ab 3 Monate bis 3 Jahre

Nicole Amrhein

Kosten: je nach Kursart, siehe Website
Veranstalter: Nicole Amrhein, www.fitundzwäg.ch
Auskunft: 078 609 79 23, nidaam@bluewin.ch
Anmeldung: erforderlich
fit&zwäg, Hauptstr. 25, 8363 Bichelsee

Mein Kind in der Berufswahl

12–17

Daten siehe Website

Fachpersonen informieren über Möglichkeiten, wie Sie Ihr Kind aktiv und kompetent in der Berufswahl begleiten können. Kurs für Eltern, deren Kinder aktuell die 7. Klasse besuchen.

Fachpersonen der Berufs-
und Studienberatung

Kosten: Fr. 30.–, Paare Fr. 50.–
Veranstalter: Amt für Berufsbildung und Berufsberatung
Auskunft: 058 345 59 48, berufsberatung@tg.ch
Anmeldung: erforderlich, www.abb.tg.ch
Amriswil, Frauenfeld, Kreuzlingen

Musikgarten

0–4

Daten siehe Website

Das musikalische Eltern-Kind-Programm ab dem Säuglingsalter. Wir wollen gemeinsam singen, tanzen, Knireiter sprechen, Musik hören und mit einfachen Instrumenten oder Tüchern und Reifen musizieren, Rhythmen mitspielen und kreativ werden.

Corinna Vorwieger,
Musiklehrerin

Kosten: Fr. 170.–
Veranstalter: www.musikgartenkreuzlingen.ch
Auskunft: 071 695 11 73, corinnavorwieger@sunrise.ch
Hebammenpraxis, Bahnhofstr. 31, 8280 Kreuzlingen

Sanfte Babymassage

Daten siehe Website

In den ersten Lebensmonaten ist der intensive Körperkontakt von Eltern zum Baby unentbehrlich. Die Baby-Massage fördert die gesundheitliche Stabilität und hilft Blähungen und Schlafprobleme zu mildern (für Babys ab 6 Wochen).

Andrea Kunz und
Bettina Suitner, Hebammen

Kosten: Fr. 140.–
Veranstalter: www.hebammenpraxiskreuzlingen.ch
Auskunft: 078 784 44 93
Anmeldung: erforderlich

Hebammenpraxis, Bahnhofstr. 31, 8280 Kreuzlingen

0–4

Schwangerschaftsgymnastik und Geburtsvorbereitung

jeden Donnerstag,
Einstieg möglich
20:15 – 21:15 Uhr

Gymnastik zur Förderung des Wohlbefindens während der Schwangerschaft / Erläuterungen und Tipps zu Schwangerschaft und Geburt / Entspannung erfahren unter Einbezug von Atmung und Massage / Atemübungen / Partnerabend

Claudia Huber-Signorelli,
Geburtsvorbereiterin Birth
Care BGB

Kosten: Fr. 250.– für 7 Abende
Veranstalter: Kantonsspital Frauenfeld, Frauenklinik
Auskunft: 076 480 61 34, claudia.huber@signorelli.ch
Anmeldung: erforderlich

Kantonsspital, Haus Ara, 8500 Frauenfeld

0–4

Zwerglimusik mit Babyzeichen 1

Daten siehe Website,
je 10 Lektionen
9:00 – 10:00 Uhr

Mit dem Baby singen, tanzen, spielen und dabei ganz viel über die zweiseitige Kommunikation mit Babyzeichen lernen. Dies macht Spass und bereichert den Familienalltag.

Karin Patton, Pflegefachfrau
und Kursleiterin Zwergen-
sprache

Kosten: Fr. 268.– inkl. Liederbuch und Poster
Veranstalter: K. Patton, www.babyzeichensprache.com
Auskunft: 071 374 13 68,
karin.patton@babyzeichensprache.com
Anmeldung: erforderlich

Familienzentrum, Freiestr. 9, 8570 Weinfelden

0–4

Zwerglimusik mit Babyzeichen 2 (ab 13 Monaten)

Daten siehe Website,
je 8 Lektionen
10:15 – 11:15 Uhr

Entsprechend Kurs 1 singen, tanzen und spielen wir mit unseren Babys. Dazu werden Bilderbücher erzählt und einfaches Basteln angeboten. Wir lernen Babyzeichen, welche für Kleinkinder relevant und spannend sind.

Karin Patton, Pflegefachfrau
und Kursleiterin Zwergen-
sprache

Kosten: Fr. 206.– inkl. Liederbuch und Material
Veranstalter: K. Patton, www.babyzeichensprache.com
Auskunft: 071 374 13 68,
karin.patton@babyzeichensprache.com
Anmeldung: erforderlich

Familienzentrum, Freiestr. 9, 8570 Weinfelden

0–4

zuwa-Gruppe Bottighofen

jeden Freitag
(ausgenommen Ferien)
9:00 – 11:00 Uhr

Gruppe für Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren, die sich in einer ungezwungenen Atmosphäre treffen, neue Bekanntschaften schliessen und sich austauschen möchten. Eine ausgebildete Leiterin begleitet die Gruppe.

Amira Coppolino, zert.
zuwa-Gruppenleiterin,
Spielgruppenleiterin

Kosten: Fr. 120.– pro Quartal
Veranstalter: www.spielgruppe-baerenhoehle.ch
Auskunft: info@spielgruppe-baerenhoehle.ch
Anmeldung: erforderlich (Schnuppern möglich)

Spielgruppe Bärenhöhle, Schulstr. 2, 8598 Bottighofen

0–4

Angebote für Veranstalter

Referate, Workshops, Forumtheater – für Schulen, Vereine und weitere Organisationen

Perspektive Thurgau

nach Anfrage und Vereinbarung

Gesundheitsförderung und Prävention / Früherkennung und Frühintervention. Themenbezogene Referate und Informationsveranstaltungen für Eltern, Lehrpersonen und Schüler.

Beauftragte der Perspektive

Kosten: nach Anfrage und Vereinbarung
Veranstalter: Perspektive Thurgau, www.perspektive-tg.ch bzw. beauftragende Elternvereine oder Schulen

Angebot «Rauchen, kiffen, saufen»

- Aktuelle Zahlen, Fakten, Handlungsansätze, Regeln und Haltungen (kostenlos)
- Projektarbeit mit SchülerInnen zum Thema (kostenlos)

Auskunft: 071 626 02 02,
p.welti@perspektive-tg.ch

Angebot «Digitale Medien»

- Chatten, gamen, surfen – glotzen
- Cybermobbing, Cyberbullying (kostenlos)
- Cyberetikett – Benehmen im Internet (kostenlos)

Auskunft: 071 626 02 02,
p.welti@perspektive-tg.ch

Angebote für Eltern

- Zeit für Konflikte, Führen von schwierigen Elterngesprächen – die präventiven Möglichkeiten der Familie in Zusammenhang mit Risikoverhalten (kostenlos)
- Lebenskompetenzen bei Kindern und Jugendlichen: Stress, Schulstress, Burnout – Hintergründe, erkennen und damit umgehen (kostenlos)

Auskunft: 071 626 02 02,
p.welti@perspektive-tg.ch

Angebot «Referat Femmes-Tische»

Femmes-Tische bringen Mütter und Väter aus allen Kulturen und Sprachen zusammen.

Warum braucht es Femmes-Tische?

Wie trägt Femmes-Tische zur Chancengleichheit in der

Migration bei, und wie fördert man dadurch die Integration?

Wir erklären es gerne in über 10 Sprachen.

Auskunft: 071 626 02 42,
b.hasdemir@perspektive-tg.ch

Theater Bilitz

nach Anfrage und
Vereinbarung

Knatsch & Zoff im Alltag (für Erwachsene)

Drei Schauspieler/innen und ein Psychologe zeigen, wie der Alltag in einer Familie mit Teenager-Kind eskaliert und wie Lösungen gefunden werden können. Dauer: ca. 120 Minuten

Kosten: Fr. 1900.– plus Spesen

S.O.S (für Jugendliche ab 13 Jahren und Erwachsene)

Ein Forumtheater zum Thema Stimmungstiefs und Depressionen bei Jugendlichen. Das interaktive Stück gibt dem Publikum die Möglichkeit, alternative Handlungen und Reaktionen auszuprobieren und zu reflektieren. Dauer: ca. 110 Minuten

Kosten: Fr. 2000.– plus Spesen

zOFF@net (für Jugendliche ab 13 Jahren und Erwachsene)

Ein Forumtheater zum Thema Cybermobbing: Zuschauerinnen und Zuschauer haben die Möglichkeit, ins Geschehen einzugreifen und den Verlauf des Stücks zu beeinflussen.

Kosten: Fr. 2000.– plus Spesen

Input Bewerbungsgespräch (für Jugendliche und Erwachsene)

Szenen aus Bewerbungsgesprächen ermöglichen neue Sichtweisen. Wie hinterlässt man einen guten Eindruck? Wie kann richtig agiert und reagiert werden? Dauer: 45 bis 90 Minuten

Kosten: nach Absprache

Input Qualm (für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren)

Interaktives Theaterstück um Rauchen, Nicht-Rauchen, Gruppendruck, E-Zigaretten und Shishas. Schüler/innen können Meinungen und Fragen zum Thema äussern. Dauer: ca. 60 Minuten

Kosten: nach Absprache

Spezifische Projekte und Aktionen nach Absprache

Veranstalter: Theater BILITZ, Weinfelden
bzw. Vereine oder Schulen

Auskunft: 071 622 88 80, theater@bilitz.ch
www.bilitz.ch

Schulen finden weitere Angebote auf unserer Website www.tageo.ch ► Schule & Eltern

Nützliche Hinweise

Beratungs- und Informationsstellen für Familien

Sozialnetz Thurgau Informationsportal		www.sozialnetz.tg.ch
Perspektive Thurgau Mütter- und Väterberatung / Paar-, Familien- und Jugendberatung / Suchtberatung	071 626 02 02	www.perspektive-tg.ch
Conex familia Region Amriswil-Bischofszell, Mütter- und Väterberatung / Paar-, Familien- und Jugendberatung	071 411 00 01	www.conexfamilia.ch
BENEFO Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität, Opferhilfe, Budgetberatung, Rechtsauskunft	052 723 48 20	www.benefo.ch
Elpos Ostschweiz Beratung rund um ADHS	071 222 30 90	www.elpos-ostschweiz.ch
Hebammen des Kantons Thurgau		www.ostschweizer-hebammen.ch
Selbsthilfe Thurgau Gruppen für Eltern	071 620 10 00	www.selbsthilfe-tg.ch

Bedarf zu Schul- und Bildungsthemen

Schulpsychologie und Logopädie	058 345 74 60	www.av.tg.ch
Berufsbildung und Berufsberatung	058 345 59 30	www.abb.tg.ch
Lerntherapie Thurgau	078 886 45 45	www.lerntherapie-tg.ch

Regionale Familienzentren

Frauenfeld	077 430 44 45	www.familienzentrum-frauenfeld.ch
Weinfelden	071 642 44 80	www.familien-zentrum.ch
Kreuzlingen	076 371 32 47	www.familienzentrum-gutenberg.ch

Bedarf an Kinderbetreuung, Fremdplatzierung, Entlastungsdienst

Familienplattform Ostschweiz Suchplattform für familienergänzende Kinderbetreuung	071 313 53 66	www.familienplattform-ostschweiz.ch
KIBE Thurgau		www.kibe-thurgau.ch
IG Spielgruppen Schweiz , Spielgruppenverzeichnis Region Thurgau	044 822 02 21	www.spielgruppe.ch
Tagesfamilienverein Aadorf	079 784 45 03	www.tagesfamilienverein-aadorf.ch
	Frauenfeld	079 654 23 95 www.tagesfamilien-frauenfeld.ch
	Hinterthurgau	079 872 72 83 www.tev-htg.ch
	Kreuzlingen	076 579 01 97 www.tagesfamilien-verein.ch
	Mittel- und Oberthurgau	071 620 29 43 www.tagesfamilien-motg.ch
Caritas Thurgau Patenschaftsprojekt «mit mir»	071 626 11 81	www.caritas-thurgau.ch
Kinderspitex Ostschweiz	071 447 28 28	www.kinderspitex-ostschweiz.ch
Schweizerisches Rotes Kreuz Kinderbetreuung zu Hause	071 626 50 83	www.srk-thurgau.ch
KIDcare für Familienplatzierungen und Krisenintervention	052 366 04 04	www.kidcare.ch

Bedarf bei Gewalt, Frauenhilfe

BENEFO Fachstelle Opferhilfe Thurgau	052 723 48 26	www.opferhilfe-tg.ch
Fachstelle Häusliche Gewalt Kantonspolizei Thurgau	058 345 24 50	www.kapo.tg.ch
Gewaltbetroffene Frauen Thurgau	052 720 39 90	www.frauenberatung-tg.ch
PräVita für Gewaltprävention und Konfliktmanagement	077 477 92 61	www.praevita.ch
Konflikt.Gewalt. Beratung und Therapie für Männer, Frauen und Jugendliche	078 778 77 80	www.konflikt-gewalt.ch
Thurgauische Evangelische Frauenhilfe TEF	052 721 27 46	www.tef.ch

Bedarf bei Krankheit, Behinderung, psychischen Auffälligkeiten

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst	071 686 47 00	www.kjpd-tg.ch
Zentren für Kind, Jugend und Familie	052 723 35 00	www.zkjf.ch
Heilpädagogische Früherziehung Thurgau	052 722 20 17	www.hfe-tg.ch
Insieme Thurgau mit und für Menschen mit einer geistigen Beeinträchtigung	079 369 15 63	www.insieme-tg.ch
ProInfirmis Thurgau-Schaffhausen	058 775 22 35	www.proinfirmis.ch
Kind + Spital	062 888 01 77	www.kindundspital.ch

Bedarf aufgrund Migration

Migrationsamt des Kantons Thurgau	058 345 67 67	www.migrationsamt.tg.ch
HEKS in-fra Integrations- und Deutschkurse für Frauen und Männer	071 410 08 11	www.heks.ch
Sprachspielgruppen Amt für Gesellschaft und Integration	052 724 56 60	www.agi.frauenfeld.ch
Bibliothek der Kulturen		www.bibliothekderkulturen.ch
Gesundheitswegweiser Schweiz in 18 Sprachen		www.migesplus.ch
Kompetenzzentrum für interkulturelle Konflikte	044 291 65 75	www.tikk.ch
Migraweb Angebot von MigrantInnen für MigrantInnen		www.migraweb.ch

Links für Eltern

www.berufsmesse-thurgau.ch	Informationen zur Berufsmesse im Kanton Thurgau
www.elternberatung.projuventute.ch	Kostenlose Beratung von Eltern/Bezugspersonen, Kindern und Jugendlichen
www.elternet.ch	Unterstützt Eltern in der Medienerziehung
www.kinder-4.ch	Lerngelegenheiten für Kinder bis 4 Jahre (mehrsprachig)
www.mit-Kindern-lernen.ch	Lerntipps/Unterstützung beim Lernen mit Ihrem Kind
www.parentu.ch	Die App für informierte Eltern

Im Notfall

Elternnotruf 24h Hilfe und Beratung	0848 35 45 55	
Dargebotene Hand	143	
Kinder- und Jugendnotruf	147	
Rettungsdienst	144	
Tox Info Suisse (Vergiftungsnotfälle)	145	
Regionale Notfallkreise / Notfalldienst		www.aerzte-tg.ch
Notfallflyer – wichtige Kontakte für Eltern mit Babys/Kleinkindern (mehrsprachig)		www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch

Partner

Dr. Nadja Abt Gürber	www.abtguerber-coaching.ch
Elternbildung und Beratung	www.christinakind.ch
Elternbildung und Beratung	www.respektvoll.ch
Marion Müller	www.mobilescoaching.com
Marion Sontheim	www.zusammen-wachsen.ch
Perspektive Thurgau	www.perspektive-tg.ch

Meldungen und Anregungen

Anregungen und Meldungen von Veranstaltungen:

Elternbildungskalender EBVK

Sabrina Huber, Telefon 052 366 50 43, sekretariat@tageo.ch

Geschäftsstelle TAGEO

Dachsweg 7
8500 Frauenfeld
Telefon 079 680 42 82
geschaeftsstelle@tageo.ch
www.tageo.ch



Nächste Ausgabe **September 2020 – Februar 2021**

**Meldeschluss für
Veranstaltungen** **30. Mai 2020**

Unterstützung

- Fachstelle für Kinder-, Jugend- und Familienfragen
- Amt für Volksschule
- Schulgemeinden
- Evang. Landeskirche des Kantons Thurgau



Den aktuellen Veranstaltungskalender und weitere Angaben zur TAGEO finden Sie auf www.tageo.ch.

Die vorgängig genannten Daten werden ohne jegliche Haftung veröffentlicht. Änderungen bleiben vorbehalten.