

## Resilienz - Kinder fürs Leben stärken

**DATUM** 20.04.2024  
**ZEIT** 1 x Sa 09:00 - 11:30  
**ORT** FFS Erwachsenenbildung,  
Laubstrasse 4, 6430 Schwyz,  
Sedlern im 1. OG

### KURSNUMMER

241-5126

### KURSLEITUNG

Eveline Schuler

### BESCHREIBUNG

Schnell aufgeben, frustriert sein oder etwas erst gar nicht versuchen? Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wie Eltern und Betreuende Kinder im Alltag stärken können, damit diese ein gesundes Selbstvertrauen entwickeln. Es geht im Leben immer wieder darum, Hindernisse zu überwinden, Lösungen zu finden und Situationen zu akzeptieren. Resilienz (innere Stärke) hilft uns dabei, selbstwirksam zu sein und Verantwortung zu übernehmen. Zudem ist Resilienz ein Schutzfaktor in unserer oft unübersichtlichen Welt. Diese Fähigkeit kann von klein auf gelernt und trainiert werden.

### KURSZIEL

In diesem Workshop lernen Eltern und Betreuende, wie sie Kinder darin begleiten können, Resilienz zu entwickeln.

### KOSTEN

**KURSPREIS**  
CHF 50.00

### WEITERE INFORMATIONEN

#### MITBRINGEN

Notizblock und Stift

#### DATEN

Sa 20.04.2024 09:00 - 11:30





# Erwachsenenbildung

Bildung für Leben und Freizeit!



Verein FFS Erwachsenenbildung  
Laubstrasse 4 · 6430 Schwyz  
T 041 811 67 81 · eb@ffs-schwyz.ch

[ffs-schwyz.ch/eb](https://ffs-schwyz.ch/eb)