



RESILIENZ

Was Kinder fürs Leben stärkt

INPUT UND AUSTAUSCH anschliessend Snacks und Getränke
mit Linda Steiner, Kursleiterin Starke Eltern – Starke Kinder® und Primarlehrerin

Resilienz ist unser “seelisches Immunsystem” und beschreibt unsere psychische Widerstandskraft. Sie wird manchmal auch als innere Stärke bezeichnet und hilft uns dabei, herausfordernde Situationen zu meistern, Verantwortung zu übernehmen und Probleme zu lösen.

Durch und mit dieser Kraft lernen wir, mit unseren Gefühlen umzugehen, mit anderen in Beziehung zu treten und unsere persönlichen Grenzen zu wahren.

Wir setzen uns damit auseinander, welche Erziehung stark macht und wie wir Kinder darin begleiten können, Resilienz zu entwickeln.

WANN: 27. OKTOBER 2025, 19:30 UHR

WO: AULA, SCHULE RUBIGEN

Wir freuen uns über eine Anmeldung per E-Mail an sina.bieri@elternrat-rubigen.ch –
spontane Besucher*innen sind aber ebenfalls herzlich willkommen!



ELTERNFORUM – Kinder gesund begleiten
Ein Angebot der Schule, Schulsozialarbeit und des Elternrats Rubigen