

WIR DANKEN UNSEREN SPONSOREN:

HAUPT

Holzbau und Fensterbau

SSmeier

Schlosserei Schweisserei Metallwaren

SSM Meier GmbH, Ruswil

Telefon 041 495 30 35

ssm.meier@bluewin.ch

Rottal Metzger

FRISCHMÄRT

MIGROS

RUSWIL-RÜEDISWIL

UTZ

Für Sie & Ihn

Mode

Ruswil · Wolhusen

Bäckerei
Konditorei
Confiserie
Café



wo Gutes besser schmeckt

Ruswil/Rüediswil Tel. 041 495 11 37 www.baeckerei-erni.ch

AGENDA 2014

| | | | | |
|----|------------|-------------|--|-----------------|
| Mo | 13.01.2014 | 19.30-21.45 | GENERALVERSAMMLUNG | |
| Di | 04.02.2014 | 19.30-21.45 | LA-LE-LU UND WAS NUN? AUCH KINDER SOLLEN TRAUERN DÜRFEN | |
| SA | 15.02.2014 | 09.00-16.00 | WIE KINDER TRAUERN – UND WAS SIE BRAUCHEN | WORKSHOP |
| Di | 18.03.2014 | 19.30-21.45 | ECHT STARK | |
| Mi | 02.04.2014 | Nachmittag | POWERKURS FÜR BUBEN | WORKSHOP |
| Mi | 09.04.2014 | Nachmittag | | |
| Mi | 16.04.2014 | Nachmittag | | |
| Mo | 14.04.2014 | 19.30-21.45 | SPAZIERSCHATZ | |
| Di | 13.05.2014 | 19.30-21.45 | ZIVILCOURAGE IST BÜRGERMUT | PODIUM |
| Do | 05.06.2014 | 19.30-21.45 | ZIVILCOURAGE IST BÜRGERMUT | WORKSHOP |
| Do | 12.06.2014 | 19.30-21.45 | SPAZIERSCHATZ | |
| SA | 30.08.2014 | 09.00-16.00 | LEICHTER DURCHS LEBEN MIT HUMOR | WORKSHOP |
| SA | 13.09.2014 | 09.00-16.00 | | |
| Do | 30.10.2014 | 19.30-21.45 | WORTE HABEN WIRKUNG | |
| Do | 06.11.2014 | 19.30-21.45 | SPAZIERSCHATZ | |
| Di | 11.11.2014 | 19.30-21.45 | WORTE HABEN WIRKUNG | WORKSHOP |

Anmeldungen an:
076 450 60 17 oder anmeldung@familienkreis.ch

von Eltern für Eltern
FamilienKreis



JAHRESPROGRAMM 2014

Elternbildung in Ruswil von Eltern für Eltern

www.familienkreis.ch

MO 13.01.2014
19:30-21:45

Pfarreiheim
Ruswil

GENERALVERSAMMLUNG

Es sind alle Mitglieder und jene, die es gerne werden möchten, ganz herzlich dazu eingeladen.

DI 04.02.2014
19:30-21:45

Pfarreiheim
Ruswil

Fachvortrag mit
Anmeldung

LA-LE-LU UND WAS NUN? AUCH KINDER SOLLEN TRAUERN DÜRFEN

Wie können wir als Erwachsene Kinder und Jugendliche bei Abschied, Trennung und Tod unterstützen und begleiten?

Als Erwachsene können wir Kinder und Jugendliche bei diesen Lebensfragen nur dann behutsam begleiten, wenn wir beim Thema Trauern selber Sicherheit und Orientierung haben. Am Fachvortrag wird auf die verschiedenen Situationen eingegangen, werden Zusammenhänge aufgezeigt und anhand von Fallbeispielen hilfreiche, unterstützende Möglichkeiten geboten, um Kindern und Jugendlichen in ihrer Zeit des Trauerns beizustehen.

Referentin:

Beate Weber-Seiboth, Trauerbegleiterin, Myragogin, Mutter von acht Kindern, Gersau
www.promethea.ch

SA 15.02.2014
09:00-16:00

Einzel: Fr. 110.-

Workshop: Wie Kinder trauern – und was sie brauchen

Wo stehen wir als Erwachsene bei diesen Fragen?

Der Workshop bietet ein vertieftes Eingehen auf die verschiedenen Fragen zum Thema Trauer. Die Teilnehmenden erlangen Sicherheit und Orientierung im Umgang mit Abschied, Tod und Trauer, damit sie gestärkt die Kinder und Jugendlichen in diesen Lebensphasen begleiten können.

ECHT STARK

Echt starke Jungs – selbstbewusst und respektvoll handeln in Konfliktsituationen

Buben brauchen Erwachsene, die sie angemessen begleiten und leiten. Oftmals sind es Buben, die den Erwachsenen Sorgen bereiten. Wie können wir sie verstehen? Wie können wir sie im respektvollen Streiten unterstützen? Diese und weitere Fragen werden am Vortrag aufgegriffen. Zur Verdeutlichung werden einfache Übungen gemacht, welche die Buben auch in den Selbstbehauptungs-Trainings von Echtstark lernen. Der Besuch ist auch für Bezugspersonen von Mädchen empfehlenswert.

Referent:

Andreas Treier, Phaemotherapeut®, Gewaltberater®, Trainer Selbstbehauptung und Kampfspiele®, Sursee
www.echtstark.ch

DI 18.03.2014
19:30-21:45

Pfarreiheim
Ruswil

Fachvortrag mit
Anmeldung

Einzel: Fr. 20.-
Paare: Fr. 30.-

Workshop: Powerkurs für Buben

In Konfliktsituationen zeigen Buben verschiedene Verhaltensweisen. Manche passen sich an, andere sagen nichts und einige präsentieren sich grandios.

Im Workshop wird trainiert, wie Jungs ihren Platz in der Gruppe finden. Einfache und wirksame Verhaltensweisen werden aufgezeigt, damit diese in «heiklen» Situationen angewandt werden können. Wer echt stark ist, braucht keine Gewalt, um sich durchzusetzen.

Der 3-teilige Powerkurs ist für Buben vom Kindergarten bis zur 4. Klasse geeignet.

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

MI 02.04.2014
MI 09.04.2014
MI 16.04.2014

Turnhalle Dorf
Ruswil

3 Nachmittage
pro Junge: Fr. 90.-

ZIVILCOURAGE IST BÜRGERMUT

Was tun, wenn Handeln nötig wird?

Im Rahmen eines Podiumsgesprächs mit Vertretern und Vertreterinnen der Gemeinde, Schule, Polizei und privaten Personen aus Ruswil, wird unter fachlicher Leitung zum Thema Zivilcourage diskutiert.

Wo liegen die Stärken unserer Gemeinschaft, welche Sicherheit und Freiheit ermöglichen? Wie verlaufen die Grenzen zwischen Individualität, Toleranz und Kontrolle? Inwiefern hat sich das Zusammenleben von früher und heute in unserer Gemeinde verändert?

Ein gemeinsames Projekt mit der Jugendarbeit Ruswil,

der Fachstelle akzent prävention und suchttherapie Luzern und dem FamilienKreis Ruswil

Moderation:

Felix Wahrenberger, Fachstelle akzent prävention und suchttherapie Luzern
www.akzent-luzern.ch

DI 13.05.2014
19:30-21:45

Pfarreiheim
Ruswil

Podium mit
Anmeldung

DO 05.06.2014
19:30-21:45

Eintritt frei

Workshop zum Podium

Anhand von professionell gespielten Szenen mit Schauspielern werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer angeregt, persönliche Einstellungen und Erlebnisse im Zusammenhang mit Zivilcourage zu überdenken. Sie erfahren Bedingungen für erfolgreiches Handeln in kritischen Situationen.

LEICHTER DURCHS LEBEN MIT HUMOR

Humor als eine Kraftquelle – im Alltag, bei der Arbeit und im Familienleben

Humorvolle Menschen sind nachweislich ausgeglichener, zufriedener und erfolgreicher in ihrem Leben.

Möchten Sie vermehrt Humor mit anderen geniessen? Humor im Alltag, Beruf und Familie finden? Über sich selber lachen? Mit Humor im Stress wieder zu Gelassenheit kommen?

Der 2-Tagesworkshop bietet allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Gelegenheit, sich aktiv und intensiv vom Thema Humor inspirieren zu lassen.

Referentinnen:

Heidi Stolz und Sandra Rusch, Psychologinnen und Humortrainerinnen
www.humor-training.com

SA 30.08.2014
SA 13.09.2014
09:00-16:00

Pfarreiheim
Ruswil

Workshop mit
Anmeldung

2 Tage: Fr. 150.-
Für Mitglieder
20% Reduktion

WORTE HABEN WIRKUNG

Wie formuliere ich ein Kompliment, einen Auftrag, Lob, Kritik, ...?

«Bitte fahr jetzt los, damit du nicht zu spät in die Schule kommst.» oder «Bitte fahr jetzt los, damit du rechtzeitig in der Schule sein wirst.» Die beiden Sätze sagen scheinbar das Gleiche und doch transportieren sie grundlegend verschiedene Botschaften. Die eine kommt aus dem Mangeldenken und die andere aus dem Erfolgsdenken.

Die Teilnehmenden erhalten an diesem praxisnahen Abend einen interessanten Einblick, was die Sprache auslösen und bewirken kann.

Referent:

Benno Greter, Transaktionsanalytiker, Erwachsenenbildner, Luzern/Valzeina
www.ta-ausbildung.ch

DI 11.11.2014
19:30-21:45

Pfarreiheim
Ruswil

Fachvortrag mit
Anmeldung

Einzel: Fr. 20.-
Paare: Fr. 30.-

Workshop: Worte haben Wirkung

Wie finde ich die passenden Worte, Fragen und Antworten zum gewünschten Zeitpunkt?

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer reflektieren ihren persönlichen Wortschatz und erkennen die Wirkung ihrer Wortwahl. Mit diesem Wissen können alltägliche Gespräche bewusster geführt werden.

JAHRESANGEBOT

MO 14.04.2014
19:30-21:45

DO 12.06.2014
19:30-21:45

DO 06.11.2014
19:30-21:45

SPAZIERSCHATZ

In der Bewegung einander begegnen

Unterwegs sein bedeutet in Bewegung kommen, körperlich wie mental. Auf unserem ungefähr stündigen Spaziergang bieten wir thematische Gedankenanstösse, die weiter verfolgt werden dürfen oder einfach die Möglichkeit, den eigenen Gedanken Raum und Zeit zu geben.

Es freut uns, wenn dieser Austausch neben einem gelungenen «Schwatz» auch einen «Schatz» beinhaltet, welcher fröhlich stimmt und beschwingt, sowie anregende Gedanken und Ideen für den Alltag bereit hält.

Der Anlass ist kostenlos.