

Veranstaltungen erstes Semester 2018



Informationen, Anmeldung und Bestellung Detail-Ausschreibungen / Flyer:

Fachstelle und Beratung: 3047 Bremgarten, Postfach

Tel: 031 305 52 55

Mo + Do 09.00 – 11.30 Uhr / Mi 14.00 – 16.00 Uhr

Mail: bern@elpos.ch Homepage: www.elposbern.ch

März | Mittwoch 7. März 2018 / 19.30 Uhr
Hauptversammlung
Jährliche Mitgliederversammlung mit anschliessendem Apéro
Ort: Alterstreff, Moosseedorf
Anmeldung: **Erforderlich, siehe Einladung**

März | Mittwoch 7. März, 14. März, 28. März 2018 19.30 – 21.30 Uhr
Samstag, 24. März 2018 9.00 – 11.30 Uhr
Effektive Lern – und Hausaufgabenhilfe für Eltern von ADHS betroffenen 3. – 6. Klässlern (ein Kursteil mit Kind)
Zoff bei den Hausaufgaben und beim Lernen ist für viele ADHS-betroffene Familien «täglich Brot» - ermüdend und äusserst zermürend für alle Beteiligten. Dieser Kurs hat zum Ziel, mehr Entspannung in die Familie zu bringen und zu neuen Wegen im Umgang mit dem Lernen zu ermutigen.

Kursleitung: Monika Brak, Primarlehrerin, ADHS-und Lerncoach.

Ort: Selbsthilfezentrum Lyssachstr. 91, Burgdorf

Kosten: elpos-Mitglieder: Fr. 120.- für 1 Erwachsenen und 1 Kind
elpos-Mitglieder: Fr. 150.- für 2 Erwachsenen und 1 Kind
Nichtmitglieder: Fr. 140.- für 1 Erwachsenen und 1 Kind
Nichtmitglieder: Fr. 170.- für 2 Erwachsenen und 1 Kind

Anmeldung: **Erforderlich, bis 21 Februar 2018**

März | Freitag, 23. März 2018 / 19.30 – 21.30 Uhr
Alte und neue Stärken der multimodalen ADHS Therapie, im Speziellen Stimulantien Therapie – Ist Ritalin die Antwort?
Wie keine andere Diagnose ist die ADHS Erkrankung in den letzten Jahren in den Fokus öffentlichen Interessens getreten, im Speziellen wegen der medikamentösen Therapiemöglichkeit mit Ritalin.
Am Vortragsabend wird ein Überblick über den aktuellen Stand des Wissens betreffend die Erkrankung und den therapeutischen Möglichkeiten aus ärztlicher Sicht gegeben sowie Fragen von Eltern und weiteren Interessierten beantwortet.
Diese Veranstaltung wird zusammen mit dem Elternrat organisiert.

Referent: Dr. med. Markus Frey, Herzogenbuchsee

Ort: Kreuz, Herzogenbuchsee (Kulturkeller)

Kosten: Eintritt frei, Kollekte

Anmeldung: **Nicht erforderlich**

April

Freitag, 13. und 27. April / 11. und 25. Mai 2018 15.45 – 18.00 Uhr

Eindrücke ausdrücken mit Ton

Semesterkurs für ADHS-betroffene Kinder und Jugendliche

Das Gestalten mit der kühlen Tonerde wirkt beruhigend und ausgleichend, und ermöglicht zur Ruhe zu kommen, ein Gefühl für sich zu entwickeln, ganz einzutauchen in seine innere Welt.

Jedes Kind wird in seinem eigenen Prozess unterstützt und erhält Frei Raum zum Kreativ Sein.

Kursleitung: Vreny Flückiger-Portmann Kunsttherapeutin PTM

Ort: Atelier FreiRaum Luzernstr. 11, 4950 Huttwil

Kosten: elpos-Mitglieder: Fr. 36.- pro Person

Nichtmitglieder: Fr. 45,- pro Person

Anmeldung: Erforderlich, bis 30. März 2018

April

Samstag 21. April 2018 / 9.00 – 11.00 Uhr

Klettern in der Boulderhalle

Kurs für ADHS-Betroffene Kinder, Jugendliche und ihre Angehörigen

Klettern ist eine optimale Sportart für von ADHS Betroffene Kinder und Jugendliche, denn es erfordert eine grosse Aufmerksamkeit. Die rechte sowie auch linke Hirnhälfte werden ständig stimuliert und aktiviert, diese müssen auch für Lernerfolge optimal zusammenarbeiten können. So kann man hoch hinaus und dabei Aufmerksamkeit, Motorik, Vertrauen sowie Sozialkompetenzen sportlich trainieren und hat dazu ein tolles Gruppenerlebnis.

Kursleitung: Ein Kletterlehrer der Boulderhalle O'BLOC

Ort: O'BLOC Forelstrasse 11, Ostermundigen

Kosten: elpos-Mitglieder: Fr. 75.- für 1 Kind und Begleitperson

Nichtmitglieder: Fr. 85.- für 1 Kind und Begleitperson

Anmeldung: Erforderlich, bis 6. April 2018

Mai

Samstag 5. Mai 2018 / 9.45 – 12.00 Uhr

Das Glück auf dem Rücken der Pferde

Kurs für ADHS-Betroffene Kinder, Jugendliche auf dem Leenhof in Lyss.

Immer häufiger wird, dass Reiten als Therapieform bei Menschen mit ADS bzw.

ADHS eingesetzt. Die Kinder lernen rücksichtsvoll und einfühlsam auf ihren

„Partner“ zu reagieren, sie sind konzentrierter und wirken zufriedener. Nach einer Einführung.

Jeannine Burgdorfer wird uns mit Ihrem Team empfangen und wir werden von A-Z erleben wie man die Tiere für die Reitstunde parat macht, die Stunde unter Anleitung absolvieren und am Schluss das Pferd erneut pflegen, damit es dann in den Stall oder auf die Weide gebracht werden kann.

Kursleitung: Jeannine Burgdorfer und Team

Ort: Leenhof, Bernstrasse 106, 3250 Lyss

Kosten: elpos-Mitglieder: Fr. 90.- für 1 Kind und Begleitperson

Nichtmitglieder: Fr. 95.- für 1 Kind und Begleitperson

Anmeldung: Erforderlich, bis 12. April 2018

- Mai | 26. Mai 2018 / 9.45 – 16.00 Uhr
Das Glück auf dem Rücken der Pferde
 Wie am 5. Mai jedoch als Tageskurs.
- Kursleitung: Jeannine Burgdorfer und Team**
Ort: Leenhof, Bernstrasse 106, 3250 Lyss
Kosten: elpos-Mitglieder: Fr. 170.- für 1 Kind und Begleitperson
 Nichtmitglieder: Fr. 190.- für 1 Kind und Begleitperson
Anmeldung: Erforderlich, bis 30. April 2018
- Juni | Mittwoch, 27. Juni 2018 / 19.00 – 21.00 Uhr
ADHS in der Familie und Partnerschaft
 Eine Partnerschaft, bei der der eine Partner oder beide Partner ADS/ADHS-betroffen sind, ist eine besondere „Fügung des Schicksals“.
- Worin liegen die Besonderheiten, Schwierigkeiten aber auch die Einmaligkeit solcher Beziehungen?
 - Wie kann die Partnerschaft mit ADS/ADHS gelingen?“
- Diese Frage und weitere Fragestellungen werden im Referat ADS/ADHS in der Familie und Partnerschaft behandelt und gemeinsam diskutiert.
- Referentinnen: Frau Sabrina Müller und Frau Cinzia Salvatore**
lic.phil .Fachpsychologinnen für Psychotherapie, FSP
Ort: Spital Interlaken, Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen
Kosten: Eintritt frei
Anmeldung: Nicht erforderlich

Voranzeige 2. Semester 2018:

- Juli | 28. Juli – 4. August 2018
ADHS-Lager,
 Ausschreibung folgt
- Oktober | 25. Oktober 2018 19.30 – 21.30 Uhr
ADHS und Ernährung
 Referat mit Diskussionsrunde mit Astrid Wälchli
- November | Datum noch nicht bekannt
Unihockey für ADHS-betroffene Kinder und ihre Angehörigen