

## Hausaufgaben- und Lernkurs für Eltern von ADHS-betroffenen Kindern (ein Kursteil mit Kind)

## Effektive Lern – und Hausaufgabenhilfe für Eltern von ADHS betroffenen 3. – 6. Klässlern in Burgdorf

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.



**Mittwoch, 07. März 2018, 19.30 – 21.30 Uhr**

Was hat Lernen mit Beziehung zu tun?  
Motivation und Selbständigkeit fördern  
Lob und Ermutigung

**Mittwoch, 14. März 2018, 19.30 – 21.30 Uhr**

Wege aus der Konfliktfalle  
Umgang mit Misserfolg  
Zusammenarbeit mit der Schule

**Samstag, 24. März 2018, 09.00 – 11.30 Uhr, mit Kind**

Wie lernt der Mensch?  
Sinnvolle Lernstrategien  
Blackouts und Blockaden  
Gut geplant ist halb erledigt  
Zeitmanagement  
«Nun fang endlich an!»

**Mittwoch, 28. März 2018, 19.30 – 21.30 Uhr**

Stärken des Kindes nutzen  
Ressourcen entdecken  
Humor ist, wenn man trotzdem lacht!  
Individuelle Anliegen



*Bitte Rückseite beachten!*

**Kursleitung:**  
**Monika Brak**, Primarlehrerin sowie ADHS- und Lerncoach

**Programm:** An drei Abenden werden die Teilnehmenden durch das Thema Hausaufgaben und Lernen mit ADHS geführt. Durch die verteilten Kursdaten kann das Erlernte Zuhause umgesetzt werden, zusätzlich findet auch ein Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden statt. Der dritte Kurstag wird mit den Kindern stattfinden, sodass auch sie erfahren „Wie funktioniert das Lernen mit ADHS und wie kann ich selber gute Strategien entwickeln sowie umsetzen“.

**Treffpunkt:** Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Burgdorf, Lyssachstrasse 91, 3400 Burgdorf

**Teilnehmer:** Elternpaare oder Mutter bzw. Vater mit Kind (3. – 6. Klässler)

**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

**Exklusive:** Verpflegung

**Anmeldung bis 21. Februar 2018** an: [bern@elpos.ch](mailto:bern@elpos.ch), Tel. 031 305 52 55 oder online unter [www.elposbern.ch](http://www.elposbern.ch). Sie erhalten eine Anmeldebestätigung mit Einzahlungsschein.

---

Anmeldung für den Kurs: **Effektive Lern – und Hausaufgabenhilfe für Eltern von ADHS betroffenen 3. – 6. Klässlern**

Name/ Vorname, Geburtstag Kind: .....

Name/ Vorname Begleitperson/en: .....

Strasse/ Nr.: .....

PLZ/ Ort: .....

Mobile: ..... E-Mail: .....

IV Anerkennung des Kindes ja  nein

Hatte Ihr Kind in den letzten 10 Jahren sonderpädagogische Massnahmen wie: Heilpäd. Früherziehung, Logopädie, Psychomotorik, IF oder Sonderschulung? ja  nein

Mitglied elpos: ja  nein

Ich möchte elpos-Mitglied werden und von der Vergünstigung profitieren.

Datum: ..... Unterschrift: .....