



# Quintessenz

Schuljahr 2021/22

3./4. Primarklasse

## Faszination Bildschirm

Umgang mit Medienkonsum

---

Kinder machen immer mehr virtuelle und immer weniger reale Erfahrungen. Was bedeutet das für die Entwicklung von Kindern? Inwiefern hat übermässiger Bildschirmkonsum einen negativen Einfluss auf wichtige Metakompetenzen wie Konzentrationsfähigkeit, Impulskontrolle und Frustrationstoleranz? Was bedeutet „übermässig“, wie viel ist zu viel, wer setzt die Grenze und vor allem wie? Ist die Vorbildfunktion von Erwachsenen wirklich so gross? Was ist der Unterschied zwischen Mediennutzung und Medienkonsum?

Neben der Vermittlung von aktuellen Erkenntnissen aus der Hirnforschung wird ein Praxisbezug hergestellt und ein für alle Familienmitglieder passender Medienumgang initiiert.

---

### Veranstaltungstermine

Mittwoch, 12. Januar 2022

Schulzentrum Paul Reinhart, Weinfelden

Donnerstag, 20. Januar 2022

Schulzentrum Elisabetha Hess, Weinfelden

jeweils 19.30 – 21.30 Uhr



### Gabi Woerlen

Fachmitarbeiterin Elternbildung an Schulen | Schul- und Sportdepartement Zürich

Lehrperson Elternbildung | Fachschule Viventa, Zürich

Ausbilderin | IG Spielgruppen Schweiz, Uster

Entwicklungspsychologische Beratung sehen – verstehen – handeln | in selbstständiger Tätigkeit

Eltern – und Erwachsenenbildung | eigene Praxis



Geschätzte Eltern und Erziehungsberechtigte

Dem Vermitteln von Lebenskompetenzen kommt in unseren Primarschulzentren eine wichtige Bedeutung zu. Gute Gründe sprechen dafür, denn: Je höher die Lebenskompetenzen eines Menschen ausgeprägt sind und je günstiger seine Lebensbedingungen, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit, dass er verantwortungsvoll mit seinem Körper umgeht und sich gesundheitsförderlich verhält.

**Quintessenz** ist ein Angebot zur Förderung der Lebenskompetenzen bei Kindern, Jugendlichen, Erziehungsberechtigten und Lehrpersonen.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat zentrale Lebenskompetenzen definiert. Das Angebot Quintessenz will insbesondere ...

- das Selbstwertgefühl der Kinder stärken,
- den Lebensmut fördern,
- den Schülerinnen und Schülern hilfreiche Konfliktlösestrategien vermitteln,
- Kinder und Jugendlichen das Rüstzeug geben, um herausfordernde Situationen zu bewältigen,
- personale, soziale und methodische Kompetenzen der Heranwachsenden fördern.

Quintessenz umfasst ein fortlaufendes Programm vom ersten Kindergartenjahr bis zur 6. Primarklasse. In jedem Schuljahr wird im Unterricht ein Schwerpunktthema bearbeitet. Eltern und Lehrpersonen sind eingeladen, sich zusammen mit einer Fachperson an einer Abendveranstaltung mit demselben Thema auseinanderzusetzen und auszutauschen. So kann eine gemeinsame Grundlage für Eltern und Lehrpersonen in Erziehungs- und Bildungsfragen entstehen. Die Zusammenarbeit zwischen Elternhaus und Schule wird gestärkt und vertieft.

Die Veranstaltungen finden jeweils in zwei der Schulzentren statt. Sie wählen frei, wo Sie die Veranstaltung besuchen möchten. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen Ihnen jetzt schon eine anregende Veranstaltung.

Freundliche Grüsse

**PRIMARSCHULE WEINFELDEN**  
Martin-Haffter-Schulzentrum

Jean-Philippe Gerber  
Schulleiter

Diese Tipps aus dem Impulsreferat  
will ich zu Hause ausprobieren:



---

## Anmeldung

Die Veranstaltungsreihe Quintessenz ist kostenlos und ein ergänzendes Bildungsangebot für Eltern und Erziehungsberechtigte. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Bitte melden Sie sich bis spätestens **Freitag, 7. Januar 2022** online an. Vielen Dank!

Weblink: <https://tinyurl.com/3ef79hcs>

Hier geht es mit einem **Scan zur Anmeldung**

