

Umgang mit Belastung in der Familie

Diskussionsforum für Eltern von Kindern mit Behinderungen oder mit besonderen Bedürfnissen

Forum im Pfalz Keller, Klosterhof, 9000 St. Gallen

Samstag, 6. September 2025, 10.00 - 12.30 Uhr

Im Anschluss Apéro riche

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit:
Autismus Ost, ADHS Organisation elpos,
Vereinigung Cerebral Ostschweiz,
Insieme Ostschweiz, Procap-Elterngruppe

autismus ost

 cerebral
Vereinigung Cerebral Ostschweiz

elpos adhs
organisation
schweiz


insieme
ostschweiz

procap



Eltern sein ist generell eine grosse Herausforderung: wenig Schlaf, ständige Verfügbarkeit, wenig Erholung - Elternsein kann ganz schön anstrengend sein. Dies verschärft sich, wenn der Betreuungsaufwand aufgrund einer Krankheit oder Behinderung des Kindes zusätzlich noch höher ist. Nicht nur dass viele Arztbesuche, Therapien, administrative Tätigkeiten (u.a. IV, Krankenkasse) und Gesprächen in der Schule wahrzunehmen sind, sie müssen auch mit Familie, Beruf und Freunden vereinbar sein. Dazu kommen oft auch finanzielle Engpässe und emotionale Belastung aufgrund von Schuldgefühlen, Trauer, Bedauern und Einsamkeit. Es ist wichtig, dass sich die Betroffenen nicht für diese Gefühle schämen, sondern darüber sprechen.

Im diesjährigen Elternforum wollen wir genau das tun. Nach einem theoretischen Input tauschen sich Eltern auf dem Podium aus über ihre eigenen Erfahrungen im Umgang mit diesen vielfältigen Belastungen bei der Betreuung ihres behinderten Kindes. So individuell wie jedes Familiensystem, so individuell sind auch die Strategien, wie mit ihnen persönlich, in der Partnerschaft, in der erweiterten Familie, im Freundes- und Bekanntenkreis umgegangen werden kann. Wir hoffen, damit neue Perspektiven schaffen zu können.

- 10.00 Uhr
- Beginn der Veranstaltung
 - Begrüssung
 - Inputreferat von Herrn Silvan Meier-Rhein, Rechtsanwalt
 - Inputreferat von Frau Marah Rikli, Journalistin, Moderatorin, Speakerin
 - anschliessend Gesprächspodium und Diskussion mit Publikum und Fachpersonen
 - Moderation: Regula Späni, SpäniMedia, 8645 Jona SG
- ca. 12.30 Uhr Apéro riche für Austausch, Anfragen, weiterführende Informationen, Kontakte und vieles mehr

Elternforum vom 6. September 2025 im Pfalz Keller, St. Gallen

Ich / wir melden uns an:

Name _____ Vorname _____

Strasse _____ PLZ/Ort _____

Ich bin hörbehindert und bitte um Kontaktaufnahme:

E-Mail: _____

Ich / Wir kommen als:

Eltern / Elternteil alleine zu zweit

Geburtsdatum des Kindes: _____

Fachperson

Allg. Interessierte Person

Die Teilnahme ist kostenlos

Achtung! Die Platzzahl ist begrenzt und die Anmeldungen werden daher in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt .

Anmeldung spätestens bis 30. August 2025 an:

Procap St. Gallen-Appenzell und Thurgau

Hintere Bahnhofstrasse 22

9000 St. Gallen

E-mail: sga@procap.ch

Auskünfte: Telefon 071 222 44 33

Diese Veranstaltung wird unter anderem unterstützt durch:

Kanton St.Gallen

