



Foto: iStock.com

# Kinder stärken – sich selber kennen und stark dastehen

## MedienAktuell

Im September ist die Berner Gesundheit mit dem Pop-Up «Gemeinsam für MEER Gesundheit» im Institut für Weiterbildung und Medienbildung der PH Bern zu Gast. In einer einladenden Strandkulisse können Besucherinnen und Besucher die Angebote der Berner Gesundheit in Gesundheitsförderung, Prävention und Sexualpädagogik entdecken.

Im Rahmen dieser interaktiven Ausstellung laden wir Lehrpersonen der Unter- und Basisstufe sowie Schulsozialarbeitende zu einem MedienAktuell ein.

## Themenschwerpunkt

Wie können Kinder und Jugendliche dabei unterstützt werden, sich selbst und ihre Ressourcen kennen zu lernen und in entscheidenden Momenten zu nutzen?

Elvira Bühlmann und Mathias Schörlin stellen Spiele, Kinderbücher und sonstige Unterrichtsmedien zu diesen Themen vor.

### Datum und Ort

Datum: Montag, 20. September 2021

Zeit: 17:15 bis 18:30 Uhr

Ort: Institut für Weiterbildung und Medienbildung, Helvetiaplatz 2, 3005 Bern

### Kosten und Anmeldung

Kosten: Die Veranstaltung ist gratis.

Kontakt: Mathias Schörlin, Telefon 031 370 70 85, [mathias.schoerlin@beges.ch](mailto:mathias.schoerlin@beges.ch)

Anmeldung: Online bis am 16.9.2021 unter [www.bernergesundheits.ch/pop-up](http://www.bernergesundheits.ch/pop-up)

### Gemeinsam für mehr Gesundheit

Unsere Angebote sind so individuell wie die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Unsere Kernaufgaben sind Gesundheitsförderung, Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie. Wir erbringen unsere massgeschneiderten Dienstleistungen überall in Ihrer Nähe – vertraulich und kompetent.

[www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)

Im Auftrag von:



**Kanton Bern**  
**Canton de Berne**

## Medien, die wir vorstellen

### Hasen Hühner Hunde

Das Ressourcen-Memospiel – auf kreative Art Ressourcen entdecken

### Julian ist eine Meerjungfrau

Julian liebt Meerjungfrauen – er wäre am liebsten selbst eine. Als er auf der Heimfahrt in der U-Bahn drei als Meerjungfrauen verkleidete Frauen mit farbenfroh aufgetürmten Haaren und schillernden Fischeschwänzen sieht, ist der Junge völlig hingerissen. Zum Glück hat er eine Grossmutter, die ihn genauso akzeptiert, wie er ist! Dieses farbgewaltige Bilderbuch, das mit wenigen Worten auskommt, verströmt beim Lesen Wärme und wahre Freude. Mit zarter und doch überwältigender Bildsprache erobert Julian die Herzen seiner Leser im Sturm. Ein herausragendes Bilderbuch über Individualität, Diversität und Vielfalt!

### Lily, Ben und Omid

Drei Kinder machen sich auf den Weg, ihren «sicheren Ort» zu finden. Es gibt Momente, da schlägt, schreit und tobt Lily. Viele Kinder wollen deshalb nicht mehr mit ihr spielen. Ben traut sich nichts zu, oft weigert er sich, in der Schule mitzuarbeiten. Omid kann einfach nicht stillsitzen und aufpassen... Dieses Bilderbuch schildert auf anschauliche und liebevolle Art, wie sich seelische Belastungen bei Kindern auf das Verhalten, das Lernen und das Selbstwertgefühl auswirken. Die Geschichte erzählt von den Schwierigkeiten dieser Kinder im Alltag und was sie und ihr Umfeld machen können, damit es alle einfacher haben. Das Buch ist vielseitig einsetzbar in Kindergarten, Schule und in der Familie.

### Der unsichtbare Junge

Ben ist unsichtbar. Zumindest könnte man das denken, denn der scheue Junge wird stets übersehen. Nie wird er aufgerufen, zum Spielen oder zum Geburtstag eingeladen. Doch dann kommt ein neuer Junge in die Klasse: für Yoshi nimmt Ben all seinen Mut zusammen und überrascht schliesslich alle mit einer ganz neuen Seite. Das Buch enthält am Schluss der Geschichte Fragen für Diskussionen. Diese sind geeignet, Themen wie Rollenbilder oder Klassenklima in einer Gruppe mit Kindern zu diskutieren.

### Ressourcenübungen für Kinder und Jugendliche: Verborgene Ressourcen wecken

Kinder und Jugendliche erleben während ihres Erwachsenwerdens kleine und grössere Krisen, in der Familie, Schule oder auch im Kindergarten. Um diese meistern zu können, ist es wichtig, eigene Ressourcen zu aktivieren oder zu entwickeln. Mithilfe der 60 Ressourcenkarten können sich Kinder und Jugendliche in schwierigen Situationen schnell auf diese eigenen Ressourcen besinnen und gelassener an Herausforderungen herangehen. Jede der ansprechend illustrierten Karten bietet dazu eine leicht einsetzbare Ressourcenübung. Ob innere Helfer, Achtsamkeitsübungen oder Notfallpläne – in diesem Kartenset finden sich zahlreiche Übungen, die Sie sofort einsetzen können.

### Liebe deinen Körper

Die Anleitung zur Selbstliebe ermutigt junge Mädchen, ihre Körper zu bewundern und zu feiern. Für all die tollen Dinge, die man mit ihm anstellen kann! Das Buch besticht durch die wertvollen Botschaften und den alltäglichen Ratschlägen, sich und seinem Körper etwas Gutes zu tun. Die geschlechterneutralen Formulierungen und diversen Illustrationen richten sich auch an Jungs. So ist das Buch für die Arbeit mit der ganzen Schulklasse einsetzbar.