



Termine

Netzwerk Gesunde Kinder

Dahme-Spreewald

August - Dezember 2024

Schwangerenfrühstück, Still-
vorbereitung, Erste-Hilfe
für Babys und Kleinkinder,
Krabbelgruppen/Elterntreffs,
Erziehungstipps online u.v.m.

Anmeldung:
Tel. 0800 - 64546337
E-Mail:
ngk-lds@awo-bb-sued.de

Netzwerk Gesunde Kinder – ein Angebot für alle Familien



Die Geburt Ihres Kindes bringt viele Veränderungen mit sich. Sie als Familie erleben Freude und Glück, meistern neue Herausforderungen und haben viele Alltagsfragen. Das Netzwerk Gesunde Kinder ist an Ihrer Seite.

- **Liebevoller Besuch:** Begleitung durch ehrenamtlich tätige Familienpatinnen und -paten
- **Interessante Kurse und Veranstaltungen:** Erste Hilfe bei Babys und Kleinkindern, gesunder Babyschlaf und viele weitere Themen.
- **Informativ:** Familienhandbuch mit wertvollen Tipps und Hinweisen für die gesunde Entwicklung des Kindes
- **Kontakt zu anderen Familien:** Eltern-Kind-Treff, Stillcafé und Krabbelgruppe in entspannter Atmosphäre.
- **Kostenfrei:** für interessierte Schwangere und Familien mit Kindern bis zu 3 Jahren.

Informationen, Anmeldung und Kontakt

Netzwerk Gesunde Kinder Dahme-Spreewald

c/o AWO Bezirksverband Brandenburg Süd e. V.

Königs Wusterhausen: Märkische Zeile 16,
15711 Königs Wusterhausen

Lübben: c/o Spreewaldklinik, Schillerstraße 29,
15907 Lübben

Anmeldung/Kostenloses Info-Telefon: **0800-64546337**

E-Mail: ngk-lds@awo-bb-sued.de

www.netzwerk-gesunde-kinder.de

www.awo-bb-sued.de

www.facebook.com/awo.ngk.lds

Instagram: [netzwerkgesundekinderlds](https://www.instagram.com/netzwerkgesundekinderlds)



Das Netzwerk Gesunde Kinder wird gefördert vom Landesministerium für Bildung, Jugend und Sport.

Illustrationen/Fotos: © Makiko/ Netzwerk Gesunde Kinder



Bezirksverband
Brandenburg Süd e. V.



Liebe (werdende) Eltern, liebe Leser*innen,

vielen Dank für Ihr Interesse am Netzwerk Gesunde Kinder Dahme-Spreewald. Seit 2007 ist das Netzwerk Gesunde Kinder an der Seite von Familien im Landkreis Dahme-Spreewald.

Das hiesige Netzwerk Gesunde Kinder befindet sich in der Trägerschaft des AWO Bezirksverbands Brandenburg Süd e. V. und arbeitet eng mit zahlreichen Kooperationspartner*innen wie der Klinikum Dahme-Spreewald GmbH, den Gynäkolog*innen/Kinderärzt*innen und Hebammen im Landkreis, Familienberatungsstellen, Familienzentren, Mehrgenerationenhäusern und weiteren Akteur*innen zusammen.

Wir freuen uns, dass wir für (werdende) Familien wieder ein so vielfältiges Veranstaltungsangebot im 2. Halbjahr 2024 auf die Beine stellen konnten: Von der Kinderwunschgruppe in Königs Wusterhausen, über die Schwangerenfrühstücke an drei Standorten im Landkreis Dahme-Spreewald, über Elterntreffs und verschiedene Themenabenden bis hin zum Familienwochenende im KiEZ Hölzerner See, welches Anfang November 2024 stattfindet. Zudem haben auch viele Angebote unserer Kooperationspartner*innen Einzug in diese Broschüre gehalten.

Zu den Netzwerk- oder Kooperationsveranstaltungen (mit ☀ gekennzeichnet) können Sie sich bei uns unter **Tel. 0800 - 64546337** bzw. per E-Mail an **ngk-lds@awo-bb-sued.de** anmelden; bei den Angeboten externer Veranstalter*innen finden Sie die Anmeldemöglichkeit direkt unter der Veranstaltung.

Wir freuen uns, Sie auf der einen oder anderen Veranstaltung begrüßen zu dürfen!

Herzliche Grüße von Ihrem Netzwerk-Gesunde-Kinder-Team Manuela Barkowsky, Ines Gündel, Sandra Kempe und Birgit Kloas (v.l.n.r.)



● Großziethen und Schönefeld

● Themenabend „Einschlafen, durchschlafen, schreien - Gesunder Schlaf von Babys und Kleinkindern“ ☀️

In den ersten Lebenswochen und -monaten eines Babys kann das Thema „Schlaf“ zum beherrschenden Familienthema werden. Wie kann man seinem Baby das Ein- und Durchschlafen erleichtern? Welches Schreiverhalten ist normal? Wie lernt ein Kind, sich selbst zu beruhigen?

▶ Dienstag, 15. Oktober 2024, 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Julia Loechel (Dipl.-Kleinkindpädagogin, Kindheit e. V.)



● Themenabend „Kinder, Job, Haushalt – alles wird zu viel?“ Was kann man tun, wenn der Traum von der Familie wackelt oder die Partnerschaft kurz vor dem Aus steht? - auch ONLINE ☀️

In vielen Beziehungen und Familien erleben Partner, dass die Hauptlast des „Immer-an-alles-denken-Müssens“ oft auf eine Person fällt, was zu einem Erleben von ungleicher Verteilung von Aufgaben und Verantwortlichkeiten führt. Dies wird wiederum durch starke Frustration und Konflikte begleitet, die nicht selten in einer Trennung enden. Während des Themenabends werden Wege und Kommunikationsmöglichkeiten diskutiert, wie Eltern mit der „Mental-Load-Falle“ gemeinsam umgehen lernen, und somit ihre Kommunikation, Aufgabenverteilung und Selbstfürsorge verbessern können.

▶ Donnerstag, 14. November 2024, 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld ODER online via Zoom

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)



Anmeldung erforderlich!

● Mehr Gelassenheit im Familienalltag



Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Mütter und Väter – Kompaktkurs zum besseren Umgang mit den alltäglichen Herausforderungen: Wie kann ich besser mit dem turbulenten und herausfordernden Familienalltag klar kommen? Welche Methoden helfen, schnell entspannter zu sein? Welche Rolle spielen die eigenen Gedanken dabei?

▶ Termine fortlaufend und auf Anfrage

Ort: Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld

€ kostenfrei

Anmeldung: Tel. 030-62 64 09 58 oder schoenefeld@kindheitev.de



● Familientreff Großziethen ☀️

Hier sind Mütter und Väter bzw. auch sehr gern Omas und Opas mit Kindern von 0-3 Jahren herzlich eingeladen zum gemütlichen Beisammensein und jeweils wechselnden Aktivitäten und Themen: Singen und Spielen mit den Kindern, Austausch über Themen wie Bindung und Erziehung in den ersten Lebensjahren, Partnerschaft, Einfühlung und Grenzen setzen von Geburt an.

▶ ab dem 26. September 2024 immer donnerstags, 15.00 - 16.30 Uhr

Ort: Attilastraße 18, 12529 Schönefeld OT Großziethen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

● Lieblings-Frühstück in Schönefeld Evangelische Kirchengemeinden Schönefeld und Großziethen

Bei Brötchen und selbstgemachter Marmelade starten Familien entspannt in den Tag - mit informativem Austausch für Eltern sowie Anregung und Spiel für Babys.

▶ jeden Donnerstag, 9.00 - 12.00 Uhr

Ort: Nachbarschaftstreff OASE, Hans-Grade-Allee, 12529 Schönefeld

€ kostenfrei

Anmeldung: s.wollowski@kirche-schoenefeld-grossziethen.de

Telefon: 0151 - 41 20 83 63



🕒 Eichwalde und Wildau

● Krabbeltreff in Eichwalde

Eltern können sich austauschen, während sich die Kleinsten (ca. 3-24 Monate) auf den Krabbelmatten oder selbst mitgebrachten Decken auf der Badewiese austoben.

▶ Mai-September: freitags, 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: an der Badewiese, Lindenstr. 4, 15732 Eichwalde

▶ Oktober-April: freitags, 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: Lila Treff, Bahnhofstr. 75, 15732 Eichwalde

€ kostenfrei | durchgeführt vom Verein „Starke Kinder, starke Zukunft e. V.“ aus Schulzendorf

Anmeldung: nicht erforderlich

● Familientreff Wildau 🌞

Hier sind Mütter und Väter bzw. auch sehr gern Omas und Opas mit Kindern von 0-3 Jahren herzlich eingeladen zum gemütlichen Beisammensein und jeweils wechselnden Aktivitäten und Themen: Singen und Spielen mit den Kindern, Austausch über Themen wie Bindung und Erziehung in den ersten Lebensjahren, Partnerschaft, Einfühlung und Grenzen setzen von Geburt an.

▶ ab dem 19. September 2024 immer donnerstags, 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: Familienladen Seifenblase, Karl-Marx-Straße 114 (2. OG), 15745 Wildau

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit dem Familienladen Seifenblase Wildau (KJV e. V.) und Kindheit e. V., durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)



● Glückliche Patchworkfamilie?!?



Sind Sie Teil einer Patchworkfamilie und hatten sich das alles einfacher vorgestellt? Was mache ich, wenn meine Kinder mit dem neuen Partner nicht klar kommen oder umgekehrt und ich drohe, am Spagat zwischen Elternliebe und Paarliebe zu scheitern?

▶ Termine fortlaufend und auf Anfrage

Ort: Kindheit e.V. Wildau, Gesundheitszentrum, Freiheitsstraße 98, 15745 Wildau

€ kostenfrei

Anmeldung: Tel. 03375 - 503 71 oder info@kindheitev.de

Anmeldung erforderlich!

Königs Wusterhausen

● **Kinderwunschgruppe**

Hier können Menschen mit unerfülltem Kinderwunsch Erfahrungen und Gedanken mit anderen ungewollt kinderlosen Frauen und Männern teilen. In Gesprächen mit anderen Betroffenen und unter Anleitung einer Doula können sie die eigene Situation besser verstehen lernen und im Austausch oft neue Denkanstöße bekommen.

▶ Termine: mittwochs, 14. August/11. September/23. Oktober/ 20. November/11. Dezember 2024, jeweils von 17.30 - 19.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Doula Martina Riedel (Infantem somnia)



● **Schwangerenfrühstück**

Werdende Mütter sind herzlich eingeladen, sich die „Wartezeit“ auf das Baby zu verkürzen. In lockerer Gesprächsrunde beim Frühstück werden Fragen und Themen rund um Schwangerschaft und Geburt besprochen.

▶ jeden 1. Donnerstag und jeden 3. Donnerstag im Monat, Termine: 1. und 15. August/5. und 19. September/17. Oktober/7. und 21. November/5. und 19. Dezember 2024, jeweils von 10.00 – 12.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit dem Frühe-Hilfen-Projekt der Erziehungs- und Familienberatungsstelle KW (Diakonisches Werk Lübben gGmbH)

● **Stillcafé**

Fragemöglichkeit und Austausch in gemütlicher Runde vor Ort zu vielen Themen rund um die Stillzeit: richtiges Anlegen des Babys, Steigerung der Milchmenge, wunde Brustwarzen, Stillabstände, Stillstreik, Schlaf, Beikost, Abstillen u. v. m.

▶ jedem 3. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr, Termine: fällt im August leider aus/18. September/16. Oktober/20. November/18. Dezember 2024

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Ines Gündel (DAIS-Stillbegleiterin/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder)

☉ Königs Wusterhausen

● Babys richtig tragen - Trageworkshop ☀

Häufiges Tragen beruhigt Babys, da es ihr Grundbedürfnis nach Nähe und Geborgenheit stillt. Gleichzeitig sorgt das Tragen für mehr Mobilität bei den Eltern: Haushalt, Besorgungen, Spaziergänge etc. fallen leichter. Was sollte beim Tragen beachtet werden? Welche Tragesysteme gibt es?

▶ Freitag, 11. Oktober 2024, 10.00 - 12.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Katrin Hildebrandt (Trageberaterin, Elternkursleiterin)

● Geschwister auf's neue Baby vorbereiten ☀

Im EinfachEltern® Geschwisterkurs werden die dann bald „großen“ Schwestern und Brüder auf die Zeit mit dem kleinen, neuen Familienmitglied liebevoll und spielerisch vorbereitet und erhalten am Ende ihr erworbenes Geschwisterdiplom. Mit weiterer Online-Beratungsmöglichkeit für Eltern.

▶ Vorort-Termin am Samstag, 28. September 2024, 10.00 - 11.30 Uhr und dazugehöriger Online-Termin am Montag, 30. September 2024, 20.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Katrin Hildebrandt (Trageberaterin, Elternkursleiterin)



● Beikost-Workshop ☀

Wie kann man das Baby langsam und gesund an Getreidebrei, Fingerfood, Gemüse, Obst und Fleisch heranführen? Der Beikost-Workshop behandelt das Grundwissen über gesunde Ernährung; es werden Rezepte vorgestellt und gemeinsam (gern auch vom Baby direkt) ausprobiert.

▶ Montag, 14. Oktober 2024, 9.30 - 12.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Jessica Skirlo (bindungsorientierte Familienbegleiterin, Herzleiter Familienbegleitung)



Anmeldung erforderlich!

● 1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder 🌞

Kinder wollen ihre Welt entdecken, dabei sind sie oft ungestüm und erfinderisch. Wenn doch etwas passiert, ist es wichtig, die richtigen Maßnahmen einzuleiten. Ein speziell konzipierter Kinder-Notfall-Basiskurs kann helfen, in den entscheidenden Augenblicken besonnen und ruhig zu handeln.

▶ Donnerstag, 10. Oktober 2024, 17.00 - 20.00 Uhr

Ort: Konferenzraum 2 im Achenbach-Krankenhaus, Köpenicker Straße 29, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

● Hausmittel für Babys und Kleinkinder 🌞

Ein durchbrechender Zahn, Bauchweh, Kratzen im Hals, eine laufende Nase – altbewährte Hausmittel, darunter Zwiebel, bestimmte Tees oder Wickel, gibt es für jedes Wehwehchen. Was hilft wo am besten?

▶ samstags, 21. September/23. November 2024, 15.30 - 17.30 Uhr

Ort: Kursraum, VALETUDO - Haus für Gesundheit, Familie und Bildung, Friedrich-Engels-Straße 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Inga Schewe (Heilpraktikerin)

● Kurs „Babymassage“ 🌞

Eltern lernen in dem Kurs, was für eine babygerechte Massage benötigt wird und welche Massagegriffe für die verschiedenen Körperregionen geeignet sind. Für Eltern mit ihren Babys zwischen 6 Wochen und 6 Monaten.

▶ Kurs mit 5 Einheiten/dienstags, Termine: 17. September und 1./8./15./22. Oktober 2024, jeweils von 10.00 – 11.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ 40,00 Euro für 5 Einheiten (Netzwerk-Familien 20,00 Euro), in bar vor Ort zu entrichten | durchgeführt von Claudia Pflock (Heilpraktikerin)



Königs Wusterhausen

● **Brabbeltreff**

Willkommen bei der Krabbelgruppe des Netzwerks Gesunde Kinder! Dort gibt es für die Kleinen (bis ca. 1,5 Jahre): Singen, spielen, um die Wette brabbeln oder krabbeln und für die Großen: sich treffen und austauschen, lachen, Infos und Anregungen mitnehmen...

 an jedem 2. und 4. Donnerstag im Monat, 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

 kostenfrei | durchgeführt von den Mitarbeiterinnen des Netzwerks Gesunde Kinder

● **Zwergentreff im KWer Familienzentrum**

Die gemütliche Eltern-Kind-Gruppe ist für Kinder von 1 bis 3 Jahren geeignet. Während die Kleinen die Welt entdecken, können die Eltern sich bei einer Tasse Kaffee oder Tee und gesunden Snacks entspannen und die Gemeinschaft genießen.

 donnerstags, 9.30 - 11.00 Uhr

Ort: Ev. Familienzentrum KW, Schenkendorfer Flur 25, 15711 Königs Wusterhausen

 kostenfrei | durchgeführt von Katja Renter (Leiterin des Familienzentrums)

Anmeldung: E-Mail an familienzentrum-kw@evkf.de oder Tel. 0170 – 5566650

● **Papatreff - Väter unter sich**



Väter können sich beim Papatreff austauschen und ihre Themen besprechen: z.B. Ich bin werdender Vater - was kommt auf mich zu? Mein Kind steckt mitten in der Autonomiephase - wie kann ich es am besten begleiten? Mein Kind hat Probleme in der Schule. Wie kann ich ihm helfen? Wir sind uns uneinig in Erziehungsfragen – was tun? Wie kann ich trotz Trennung ein guter Vater sein?

 an jedem 2. Dienstag im Monat, Termine: 10. September/ 8. Oktober/ 12. November/ 10. Dezember 2024, jeweils 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: Diakonisches Werk Lübben gGmbH, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen, Schlossplatz 5, 15711 Königs Wusterhausen

 kostenfrei | Eine Kooperation mit der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen (Diakonisches Werk Lübben gGmbH), durchgeführt von Dr. Samuel Sieber (Dipl.-Psychologe)

● Alleinerziehenden-Treff

Alleinerziehende aus der Region können sich mit anderen Müttern oder Vätern und deren Kids (von 0-12 Jahren) austauschen. Die Kinder können unter elterlicher Aufsicht die Spielsachen vor Ort entdecken.

▶ Termine: mittwochs, 7. und 21. August/4. und 18. September/ 2. und 16. und 30. Oktober/ 13. und 27. November/ 11. Dezember 2024, jeweils von 15.30 - 17.30 Uhr

Ort: Ev. Familienzentrum KW, Schenkendorfer Flur 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit SHIA e.V. - LV Brandenburg, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen (Diakonisches Werk Lübben gGmbH) und dem Familienzentrum KW

● Treff für Eltern von Sternenkindern

Die Austauschgruppe richtet sich an alle Mütter und Väter, die ihre Kinder in der Schwangerschaft, während oder nach der Geburt gehen lassen mussten. Im Gespräch, bei Spaziergängen und/oder Kreativangeboten erfahren Eltern von Sternenkindern Trost und gegenseitige Unterstützung. Punktuell wird die Gruppe durch eine erfahrene Psychologin unterstützt.

▶ dienstags, Termine: 13. August / 10. September / 22. Oktober / 19. November / 10. Dezember 2024 , 17.30 – 19.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit der DRK Psychosozialen Beratungsstelle für Schwangere und Familien, durchgeführt von Martina Riedel (Doula, Infantem somnia) und Claudia Biel (DRK Psychosoziale Beratungsstelle für Schwangere und Familien)

● Themenabend „Sprachentwicklung und Babyzeichen“

Das Sprechen lernen beginnt schon lange bevor das Baby bzw. Kleinkind tatsächlich spricht. Hier erhalten Eltern die wichtigsten Tipps, wie sie die Sprachentwicklung der Kinder positiv unterstützen können. Außerdem gibt es einen kleinen Exkurs in die Welt der Babyzeichen/Babygebärden.

▶ Montag, 16. September 2024, 17.00 – 18.30 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Christine Tivadar und Jenny Lußky-Nötzel (Sprachberaterinnen des Landkreises Dahme-Spreewald)

Königs Wusterhausen

● Themenabend „Geschwisterbeziehungen“

Die Geschwisterbeziehung ist eine der bedeutendsten im Leben, aber nicht immer die Einfachste. Sollen Eltern sich einmischen oder raushalten, schimpfen oder ignorieren? Wie können Eltern den Aufbau einer guten Geschwisterbeziehung unterstützen?

▶ Donnerstag, 5. September 2024, 17.30 - 19.00 Uhr

Ort: Diakonisches Werk Lübben gGmbH, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen, Schloßplatz 5, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen; durchgeführt von Miriam Kranz (Sozialpädagogin, Systemische Familientherapeutin, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen, Diakonisches Werk Lübben gGmbH)

● Themenabend „Hauen, schlagen, beißen“ - Aggressives Verhalten bei Klein- und Kitakindern“ - auch ONLINE

Im Krippen- und Kita-Alter testen Kinder Grenzen aus und das Bedürfnis, sich durchzusetzen, wird größer - mit mal mehr oder weniger stark ausgeprägtem aggressiven Verhalten. Wie geht man aber mit aggressivem Verhalten um? Wie können Eltern und Erzieher/-innen diese Situation ins Positive lenken bzw. unterstützen?

▶ Dienstag, 8. Oktober 2024, 17.30 - 19.00 Uhr

Ort: AWO-WSG-Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

● AWO Straßenfest Bezirksverband Brandenburg Süd e. V.

Die AWO Einrichtungen sorgen für einen abwechslungsreichen Nachmittag in der Märkischen Zeile mit Teddy- & Puppensprechstunde (Puppen und Kuscheltiere nicht vergessen!), Kinderschminken, Glitzertattoos, Hüpfburg, Riesenseifenblasen, Bastelmöglichkeiten, Leckereien vom Grill u.v.m. erwarten die Familien an diesem bunten Nachmittag!

▶ Mittwoch, 4. September 2024, 14.30 – 17.00 Uhr

Ort: Märkische Zeile 13 - 16, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von den AWO Familieneinrichtungen in der Märkischen Zeile

Familienwochenende „Freude mit Kindern“

Schon zum 3. Mal bieten wir das beliebte Wochenende im KiEZ Hölzerner See für Familien mit mindestens einem Kind unter 3 Jahren an. Es gibt interessante Workshops für Eltern zu den Themen Erziehung/Kommunikation mit Kindern und Strukturierung/Entspannung im Familienalltag; während der Workshops ist eine Kinderbetreuung vorhanden. Geplant sind auch gemeinsame oder individuelle Aktivitäten am Nachmittag und am Abend und eine bindungsstärkende Familienspielzeit am letzten Tag. Inklusive 2 Übernachtungen und Vollverpflegung!



▶ Freitag, 1. (Anreise am späten Nachmittag) bis Sonntag, 3. November 2024 (Abreise am frühen Nachmittag)

Ort: KiEZ Hölzerner See, Weg zum Hölzernen See 1, 15754 Heidesee OT Gräbendorf

€ Teilnahme kostenfrei, aber praktische Mitwirkung erwünscht, Teilnehmeranzahl begrenzt

Lübben



● Schwangerenfrühstück

Werdende Mütter sind herzlich eingeladen, sich die „Wartezeit“ auf das Baby zu verkürzen. In lockerer Gesprächsrunde beim Frühstück werden Fragen und Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit besprochen.

▶ jeden 1. Donnerstag im Monat, 1. August/5. September/7. November/5. Dezember 2024, jeweils von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus „Berstetreff“ (ASB), Gartengasse 14, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von Birgit Kloas (Säuglingskrankenschwester Klinikum Dahme-Spreewald/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder) und weiteren Referent*innen

● 1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder

Kinder wollen ihre Welt entdecken, dabei sind sie oft ungestüm und erfinderisch. Wenn doch etwas passiert, ist es wichtig, die richtigen Maßnahmen einzuleiten. Ein speziell konzipierter Kinder-Notfall-Basiskurs kann helfen, in den entscheidenden Augenblicken besonnen und ruhig zu handeln.

▶ Dienstag, 17. September 2024, 17.00 - 20.00 Uhr

Ort: Konferenzraum „Lubin“ (5. Ebene) in der Spreewaldklinik, Schillerstraße 29, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

● Schwangeren-Informationsabend

Wie funktioniert das mit dem Elterngeld? Was sind alles Hebammenleistungen? Welche Angebote für Schwangere gibt es in der Region? Verschiedene Einrichtungen stellen ihre Angebote den werdenden Eltern vor: u. a. die AWO Schwangerenberatungsstelle Luckau, Frühe Hilfen Lübben, Hebammenpraxis „Spreemmenhaus“ & das Netzwerk Gesunde Kinder.

▶ Mittwoch, 18. September/11. Dezember 2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Familienzentrum (Caritas), Wassergasse 3, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von verschiedenen Einrichtungen

● Babys richtig tragen - Trageworkshop

Häufiges Tragen beruhigt Babys, da es ihr Grundbedürfnis nach Nähe und Geborgenheit stillt. Gleichzeitig sorgt das Tragen für mehr Mobilität bei den Eltern: Haushalt, Besorgungen, Spaziergänge etc. fallen leichter. Was sollte beim Tragen beachtet werden? Welche Tragesysteme gibt es?

▶ Mittwoch, 13. November 2024, 9.30 - 11.30 Uhr

Ort: „Das Spreemmenhaus“, Praxisgemeinschaft, Berliner Straße 32, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von Laura Schäfer (Hebamme, Trägerberaterin)

● Café „Spreewald Lächeln“ – Treff für Eltern von Kindern mit Trisomie 21 in Lübben

Das Elterncafé dient als Austausch von Informationen von Eltern für Eltern von Kindern mit Trisomie 21 und zur Vernetzung untereinander. Das Café findet einmal monatlich statt.

▶ Termine auf Anfrage

Ort: Familienzentrum Lübben, Wassergasse 3, 15907 Lübben
15907 Lübben

€ kostenfrei | Leitung: Lisa Schultchen

● Themenvormittag „Eingewöhnung in die Kita“ ☀️

Die Eltern sind weg, stattdessen überall fremde Menschen: Für Kinder bedeutet die (neue) Kita zunächst einmal Stress. Sanftes Eingewöhnen ist wichtig. Wie gelingt ein guter Start in den Kitaalltag? Wie können Eltern und Kinder mit den Gefühlen in dieser ersten Trennungssituation umgehen?

▶ Mittwoch, 11. September 2024, 9.30 - 11.00 Uhr

Ort: Kita St. Paulinus, Am kleinen Hain 29a, 15907 Lübben

€ kostenfrei | in Kooperation mit der St. Paulinus-Kita, durchgeführt von Anja Griese (Leiterin der St. Paulinus-Kita, Caritasverband der Diözese Görlitz e. V.)



● Themennachmittag „Autonomiephase“ ☀️

Kinder im Alter von 2 bis 5 Jahren befinden sich meist in der sogenannten Autonomiephase. Sie lernen selbstständig zu werden, ihre eigenen Entscheidungen zu treffen und ihre eigenen Erfahrungen zu machen. Hierbei treten oft Wutausbrüche auf. Wie kann die Autonomiephase achtsam begleitet werden? Mit Kinderbetreuung!

▶ Montag, 7. Oktober 2024, 16.30 - 18.00 Uhr

Ort: Kita St. Paulinus, Am kleinen Hain 29a, 15907 Lübben

€ kostenfrei | in Kooperation mit der St. Paulinus-Kita, durchgeführt von Anja Griese (Leiterin der St. Paulinus-Kita, Caritasverband der Diözese Görlitz e. V.)

● Themenabend „Geschwisterbeziehungen“ ☀️

Die Geschwisterbeziehung ist eine der bedeutendsten im Leben, aber nicht immer die Einfachste. Sollen Eltern sich einmischen oder raushalten, schimpfen oder ignorieren? Wie können Eltern den Aufbau einer guten Geschwisterbeziehung unterstützen?

▶ Dienstag, 29. Oktober 2024, 17.00 - 18.30 Uhr

Ort: Familienzentrum (Caritas), Wassergasse 3, 15907 Lübben

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Lübben; durchgeführt von Andrea Jung (Familientherapeutin, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Lübben)

● **Schwangerenfrühstück**

Werdende Mütter sind herzlich eingeladen, sich die „Wartezeit“ auf das Baby zu verkürzen. In lockerer Gesprächsrunde beim Frühstück werden Fragen und Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit besprochen.

▶ jeden 2. Dienstag im Monat, 13. August/10. September/8. Oktober/12. November/10. Dezember 2024,
10.00 - 12.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Luckau (DRK), Mehrgenerationenhaus Luckau, Jahnstraße 8, 15926 Luckau

€ kostenfrei | durchgeführt von Kim-Alexa Katzbach (AWO Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualität und Schwangerschaft Luckau), Sandra Kempe (Netzwerk Gesunde Kinder) und weiteren Referent*innen

● **Still- und Milchcafé**

Hier können sich Eltern mit einer Hebamme und anderen Eltern zu Stillpositionen, korrektes Anlegen, Stillen nach Bedarf/Stillabstände, Stillprobleme, Stillen und Flasche kombinieren, Fläschchenzubereitung/Hygiene, bedürfnisorientiertes Fläschchen geben, Babyschlaf, Beikost, Entwicklungsschübe, Abstillen u.v.m. austauschen.

▶ jedem 3. Dienstag im Monat von 9.30 - 11.00 Uhr, Termine: 20. August/17. September/15. Oktober/19. November/17. Dezember 2024

Ort: Mehrgenerationenhaus Luckau (DRK), Jahnstraße 8, 15926 Luckau

€ kostenfrei | durchgeführt von Henriette Meyer (Hebamme)



● **Beikost-Workshop**

Erst gibt es nur Milch, dann ergänzend Beikost vom Löffel oder Fingerfood und zum Schluss isst das Kleine einfach beim gemeinsamen Familienessen mit. Wie kann man das Baby langsam und gesund an Getreidebrei, Gemüse, Obst und Fleisch heranzuführen? Es werden Rezepte vorgestellt und gemeinsam (gern auch vom Baby direkt) ausprobiert.

▶ Donnerstag, 21. November 2024, 9.30 - 12.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Luckau (DRK), Mehrgenerationenhaus Luckau, Jahnstraße 8, 15926 Luckau

€ kostenfrei | durchgeführt von Henriette Meyer (Hebamme)

● Schwangeren-Treff „Bauchgefühl“ vom MGH

Golßen 

Der Schwangeren-Treff „Bauchgefühl“ lädt alle werdenden Mütter aus Golßen und Umgebung zu einem gemütlichen Austausch rund um Schwangerschaft, Geburt, Stillen/Ernährung des Babys & Familienleben ein.

▶ an jedem dritten Donnerstag im Monat von 15.00 - 16.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedensstraße 5, 15938 Golßen

€ kostenfrei | durchgeführt von Jana Bielagk (Hebamme), Carola Ziemainz (Hebamme) und Mandy Damm (Sozialpädagogin)

Bitte anmelden unter: Tel.: 035452 121860 / Mobil: 0162 7206718 / E-Mail: mgh.golssen@drk-fs.de

● Mini-Treff vom MGH Golßen

„MiniTreff“ - das ist der Elterntreff mit Baby und Kleinkind in Golßen. Mamas, Papas und deren Kinder bis 2 Jahre sind herzlich eingeladen ins Mehrgenerationenhaus in Golßen zu kommen. Während die Kleinen Freude am Spiel und am Erkunden der neuen Spielgefährten finden, knüpfen Eltern erste Kontakte und tauschen sich in gemütlicher Atmosphäre aus.

▶ immer dienstags, von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedensstraße 5, 15938 Golßen

€ kostenfrei | durchgeführt von Mandy Damm (Sozialpädagogin)

Bitte anmelden unter: Tel.: 035452 121860 / Mobil: 0162 7206718 / E-Mail: mgh.golssen@drk-fs.de

● Spielkreis mit Kreativangebot vom MGH Golßen

Zum Spielkreis sind Eltern mit Kindern bis 4 Jahren herzlich eingeladen. Neben freiem Spielen können die Kinder mit Papier basteln oder erste Modellagen mit Ton ausprobieren.

▶ an jedem 3. Donnerstag im Monat, von 15.00 – 17.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedensstraße 5, 15938 Golßen

€ kostenfrei | durchgeführt von Anja Lindner

Bitte anmelden unter: Tel.: 035452 121860 / Mobil: 0162-7206718 / E-Mail: mgh.golssen@drk-fs.de





Online-Angebote

Nach der Anmeldung wird der Zugangslink per E-Mail verschickt.

● 1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder

Kinder wollen ihre Welt entdecken, dabei sind sie oft ungestüm und erfinderisch. Wenn doch etwas passiert, ist es wichtig, die richtigen Maßnahmen einzuleiten. Ein speziell konzipierter Kinder-Notfall-Basiskurs kann helfen, in den entscheidenden Augenblicken besonnen und ruhig zu handeln.

▶ Dienstag, 26. November 2024, 17.00 - 19.00 Uhr

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

● Stillvorbereitungskurs: „Stillen - was muss ich wissen?“,

Hier bekommen werdende Mütter vorbereitendes Wissen für den Stillstart nach der Geburt und eine schöne Stillzeit: Vorbereitung und Stillstart, Anlegen des Babys an die Brust, Stillpositionen, Stilldauer und -häufigkeit, Hungerzeichen, Trink- und Saugverhalten/Gewichtsentwicklung des Kindes & Anzeichen einer ausreichenden Trinkmenge, Ernährung der Mutter u.v.m.

▶ Freitag, 13. September und Freitag, 13. Dezember 2024, jeweils von 10.00 - 13.00 Uhr (inkl. Pause)

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Ines Gündel (DAIS-Stillbegleiterin/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder)

● Online-Fragestunde „Rund ums Stillen, Ernährung von Säuglingen und Babyschlaf“

Fragemöglichkeit und Austausch gemütlich von zu Hause aus zu vielen Themen rund um die Babyzeit: Stillen - die ersten Wochen, Stillmanagement/Stillprobleme, Beikost, gesunder Babyschlaf, Abstillen, u. v. m.

▶ (i.d.R.) an jedem 1. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr, Termine: fällt im August leider aus/ 4. September/ 2. Oktober/ 6. November/ 4. Dezember 2024

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Ines Gündel (DAIS-Stillbegleiterin/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder)

● Hausapotheke und Kindersicherheit im Alltag ☀️

Teil 1 der Veranstaltung beinhaltet die gute alte Familienhausapotheke: Kirschkernkissen, Fieberzäpfchen, Bäuchlein-salbe - auf was können Eltern zurückgreifen, wenn es den Kleinen mal nicht so gut geht? Im 2. Teil gibt es Anregungen und Tipps, wo überall an die Sicherheit von Kindern zu denken ist - im Haushalt, im Garten, im Straßenverkehr und im Auto.

▶ Mittwoch, 16. Oktober 2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Luisa Fröhlich (Elternkursleiterin/Trageberaterin, „Fröhlicher Tragling“)



● Kinderkrankheiten natürlich lindern ☀️

Viele Eltern möchten ihr krankes Kind auf natürliche Weise beim Genesen unterstützen. In diesem Workshop erhalten Eltern Tipps zur Linderung von Husten, Schnupfen, Fieber, Ohrenschmerzen, Bauchschmerzen, Zahnen und wundem Po aus der Naturheilkunde und Homöopathie.

▶ Montag, 11. November 2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Luisa Fröhlich (Elternkursleiterin/Trageberaterin, „Fröhlicher Tragling“)



Online-Angebote

Nach der Anmeldung wird der Zugangslink per E-Mail verschickt.

Online-Elterntreffen - Tipps und Tricks direkt zum Mitnehmen

Bei diesen Treffen auf Zoom bekommen Eltern Antworten auf dringende (Erziehungs-) Fragen, die im alltäglichen Leben mit den Kindern auftreten: Nein-Sagen, Grenzen setzen, Wutanfälle, Geschwisterstreit, erschöpfte Eltern u.v.m.

 dienstags zu den genannten Terminen mit folgenden Themen:

27. August 2024: **„Erschöpft vom täglichen Kampf ums Mitmachen? Bist du es leid immer zu schimpfen?“** Niemand mag Schimpfen und es hilft noch nicht mal viel und lange - nur manchmal sind wir selber so erschöpft und ratlos... - Wir wollen es für unsere Kinder anders machen, als wir es selbst und unsere Eltern es erlebt haben und gleichzeitig haben wir wenig gelebte Vorbilder.

24. September 2024: **„Eltern am Limit - was tun, wenn Dein Kind schreit, schlägt, pausenlos jammert oder einfach nicht mitmacht und du selbst die Kontrolle verlierst?“** Unsere eigenen großen Gefühle können eine ziemliche Herausforderung für uns sein. Was kannst Du konkret tun, um in diesen Situationen ein Rettungsring für dich und dein Kind zu werfen?

8. Oktober 2024 : **„Wunschzeit - Webinar: Ziehen, Zerren, Zügeln - Müde vom Nein-sagen?“** Was ist das für ein Wunderwerkzeug, das KLEINE und GROSSE KINDER und auch JUGENDLICHE lieben und was sofort anwendbar ist?

12. November 2024: **“Gib mir mehr!” - Schöne bunte Medienwelt** Vom Druck, den Medien uns und unseren Kindern machen können und wie wir es als Eltern schaffen, immer besser die Leitung dabei zu behalten und unseren Kindern helfen, entspannter mit Medien umzugehen. Nichts leichter als das? Natürlich nicht!

10. Dezember 2024: **“Alle Jahre wieder, bloß kein Weihnachtsstress!”** Vorfreude, viele Geschenke, große Erwartungen, Wünsche, Enttäuschungen und die Sorge um Streit und brodelnde Gefühle. Manchmal wissen wir aber nicht, wie wir das vor lauter Weihnachtsprogramm hinbekommen sollen...?

Die Online-Themenabende für Eltern finden jeweils von 19.30 - 21.30 Uhr statt.

Ort: online per Zoom

 kostenfrei | durchgeführt von Julia Siebert und Paula Hannaske (Connected childhood)

● Themenabend „Kinderbetreuung, Job, Haushalt, Elternschaft – alles wird zu viel?“ Was kann man tun, wenn der Traum von der Familie wackelt oder die Partnerschaft kurz vor dem Aus steht? 🌞

In vielen Beziehungen und Familien erleben Partner, dass die Hauptlast des „Immer-an-alles-denken-Müssens“ oft auf eine Person fällt, was zu einem Erleben von ungleicher Verteilung von Aufgaben und Verantwortlichkeiten führt. Dies wird wiederum durch starke Frustration und Konflikte begleitet, die nicht selten in einer Trennung enden. Während des Themenabends werden Wege und Kommunikationsmöglichkeiten diskutiert, wie Eltern mit der „Mental-Load-Falle“ gemeinsam umgehen lernen, und somit ihre Kommunikation, Aufgabenverteilung und Selbstfürsorge verbessern können.

▶ Donnerstag, 14. November 2024, 18.30 - 20.00 Uhr

📍 Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)



● Themenabend „Hochsensibilität bei Kindern und Eltern“ 🌞

Hochsensible Babys und Kinder reagieren viel stärker auf Reize aus der Umwelt. Hochsensible Eltern sind bedingt durch Job, Familie und Alltag vielen Reizüberflutungen ausgesetzt. Was tut hochsensiblen Menschen gut? Wie kann Hochsensibilität den Alltag bereichern? Was sollte in der Erziehung beachtet werden?

▶ Montag, 2. Dezember 2024, 19.00 - 21.00 Uhr

📍 Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Marina Rossa (Coach für Hochsensibilität/Trainerin für Stressmanagement)

Familienpatinnen/-paten an Ihrer Seite

Alle Familien stehen vor den gleichen Fragen und doch ist jede Familie einzigartig. Als Eltern haben Sie unsere große Anerkennung, sich auf das Abenteuer Familie einzulassen. Daher unser Angebot für Sie: ehrenamtliche Familienpatinnen/-paten, die Sie vertrauensvoll begleiten.



*Es gibt keine dummen Fragen.
Mit meiner Familienpatin kann ich
über alles sprechen, und sie hat auch noch
tolle Hinweise und Anregungen für mich.*

Christin über ihre Familienpatin Andrea

Die Familienpatin/Der Familienpate

- bringt dem Alter des Kindes entsprechende Informationen für eine gesunde Entwicklung und kleine Geschenke mit,
 - weiß, wo und wie Sie die unterschiedlichen Anträge und Anmeldungen für Ihr Kind bei Ämtern vornehmen können,
 - informiert über tolle Familienangebote in Ihrem Umfeld
- ... und vor allem:**
- hat nicht nur für die großen Themen ein offenes Ohr, sondern auch für Ihre Alltagsfragen.

Alle unsere Familienpatinnen/-paten übernehmen diese verantwortungsvolle Aufgabe **ehrenamtlich** in ihrer Freizeit und werden dafür intensiv geschult. Die Familienpatinnen/-paten möchten Informationen und ihre eigenen Erfahrungen gern an Sie weitergeben und treffen sich dafür **nach individueller Vereinbarung mehrmals innerhalb der ersten 3 Lebensjahre** des Kindes mit Ihnen.

Mitmachen können **alle interessierten** Schwangeren, Mütter und Väter **mit Kindern bis zu 3 Jahren** – und das kostenfrei.

Nutzen Sie für die Kontaktaufnahme auch das Formular auf www.netzwerk-gesunde-kinder.de/kontakt oder die beigegefügte Antwortkarte.

Wir möchten Netzwerkfamilie werden und eine Patin/einen Paten

Sie können dieses Formular ausfüllen und es an die angegebene Kontaktadressen senden bzw. dort abgeben. Wir sind für Sie da und freuen uns auf Sie!

Name

Vorname

Geburtsdatum

Straße, Haus-Nr.

PLZ, Ort

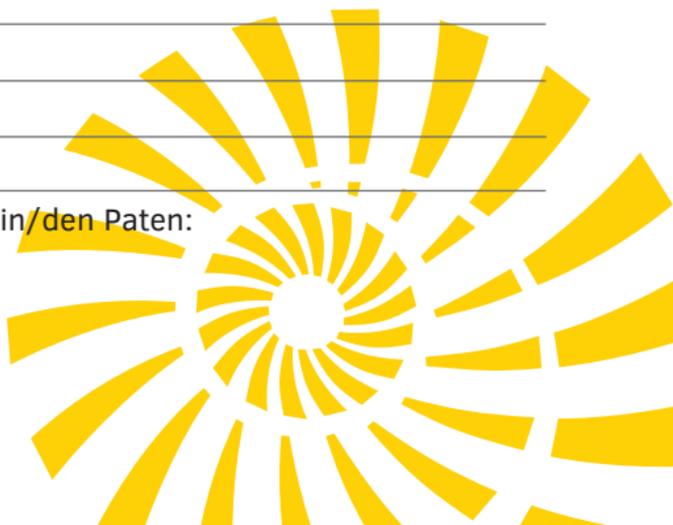
Telefon

E-Mail

Geburtsstermin bzw. voraussichtl. Geburtstermin

Leben im Haushalt bereits Geschwisterkinder?

Wünsche an die Patin/den Paten:





Netzwerk
**Gesunde
Kinder**

Dahme-Spreewald

- Ja, ich interessiere mich für die Mitarbeit als **Familienpatin/-pate** und bitte um weitere Informationen.
- Ja, wir interessieren uns als **Familie** für das Netzwerk Gesunde Kinder und bitten um persönliche Kontaktaufnahme.
- Ja, ich möchte als **Kooperationspartner/-in** Ihre Arbeit unterstützen.
Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

Bitte
ausreichend
frankieren

Vorname, Name

Straße, Nr., PLZ, Ort

Telefon/Handy

E-Mail

Ihre Daten werden vertraulich behandelt.

AWO Bezirksverband
Brandenburg Süd e. V.
Netzwerk Gesunde Kinder
Dahme-Spreewald
Märkische Zeile 16
15711 Königs Wusterhausen