

Familienbildungsprogramm 1-2025

1. Eltern-Kind-Kurse

Krabbelgruppe „Babytreff“

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Straße 1a, Malchin

Zeit: montags, von 10.00 bis 11.30 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 50,00 Euro (8 Treffen)

weitere Ermäßigungen etc. (z.B. Einsatz der Bildungs- und Teilhabekarte) im Familienzentrum erfragen.

Leitung/Anmeldung: Kathleen Bertow

Zielgruppe: Mütter und Väter mit ihren Kindern ab dem 7.Lebensmonat

Erste Fingerspielchen, einfache Lieder oder Bewegungsspiele laden erst zum Staunen und später dann zum Nachahmen ein. Daneben erhalten die Babys sehr viele Anregungen aus den Aktivitäten der anderen Kinder. Sich drehen, robben, krabbeln und später sich hochziehen - all das können sich die Babys voneinander abschauen. Wer schon einmal in einer Krabbelgruppe war, der weiß, wie viel Spaß es den Kleinen macht, wenn sie sich gegenseitig erkunden und miteinander kommunizieren. Daneben wird es Raum und Zeit geben, sich über die Sorgen und Fragen des Alltags mit dem Baby auszutauschen.

Krabbelgruppe „Krabbelmäuse“

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Straße 1a, Malchin

Zeit: mittwochs, von 09.00 bis 10.30 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 50,00 Euro (8 Treffen)

weitere Ermäßigungen etc. (z.B. Einsatz der Bildungs- und Teilhabekarte) im Familienzentrum erfragen.

Leitung/Anmeldung: Kathleen Bertow

Zielgruppe: Mütter und Väter mit ihren Kindern ab dem 6.Lebensmonat

Im spannenden ersten Lebensjahr lernt ein Baby stetig dazu. Es kann seinen Körper immer besser steuern, übt neue Laute und beginnt seine Umwelt zu erkunden.

In der Krabbelgruppe kann euer Baby seine neu gewonnenen Fähigkeiten und seinen Forschergeist ausprobieren. Erste soziale Kontakte zu Gleichaltrigen entstehen. Darüber hinaus könnt ihr Eltern euch untereinander austauschen und von- und miteinander lernen. Ihr erhaltet Spiel- und Bewegungsanregungen, Antworten und Unterstützung. Auch über die wichtigen Themen der Entwicklung und Begleitung von Babys wollen wir miteinander ins Gespräch kommen.

„Babykurs“

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Straße 1a, Malchin

Zeit: mittwochs, von 11.00 bis 12.30 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 50,00 Euro (8 Treffen)

weitere Ermäßigungen etc. (z.B. Einsatz der Bildungs- und Teilhabekarte) im Familienzentrum erfragen.

Leitung/Anmeldung: Kathleen Bertow

Zielgruppe: Mütter und Väter mit ihren Kindern ab dem 4.Lebensmonat

Musik Minis

Ort: Kulturschule Malchin, Warener Str. 2a

Anmeldung unter: 03994 223232

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern zum 3.Lebensjahr

Termin: mittwochs von 15.00 – 15.30 Uhr

Schon die Allerkleinsten erfreuen sich sichtbar an Musik. Um diese Freude zu fördern, bietet die Musikschule eine Eltern-Kind-Gruppe an. Warum schon so zeitig mit Musik beginnen? Schon von Beginn an können sich Babys für Töne und Klänge unterschiedlicher Art begeistern, sie hören gespannt zu, klatschen oder bewegen sich in ihrer eigenen Art zur Musik. Die Stundenaktivitäten der Eltern-Kind-Kurse setzen sich ausfolgenden Elementen zusammen: Begrüßungslied, Knireiten, liebevolle Interaktion, Aktivitäten für das Körperbewusstsein, Wiegen- und Schlaflieder, streicheln, Bewegung, Gehen und Tanzen, Einsatz von Instrumenten.

Die Tanzgestaltungen sind nur für die Begleitpersonen. Die Freude der Babys, wenn sie von den Eltern getragen werden und so eine körperliche Nähe zu ihnen erfahren, steht bei den Tänzen im Vordergrund.

Musikalische Früherziehung

Ort: Kulturschule Malchin, Warener Str. 2a

Anmeldung unter: 03994 223232

Zielgruppe: Kinder von 3-6 Jahren (am Anfang mit Begleitung der Eltern)

Termin: dienstags, mittwochs und donnerstags in der Zeit von 16.00 – 16.45 Uhr

Singen, Hören, Malen, Bewegung und Tanz, Musizieren, Improvisieren werden genutzt, um die Gestaltungsfähigkeit der Kinder anzuregen, ihre Musikalität und Fantasie sowie Kreativität und Kommunikation zu fördern und die Sinne und den Körper zu sensibilisieren.

Die Kinder werden außerdem mit den verschiedenen Instrumenten vertraut gemacht und erhalten erste Einblicke in die Musik, zum Beispiel die Notenarten oder auch deren Namen.

Die Überleitung zu einer Instrumentalausbildung wird dadurch erleichtert, da bereits im frühen Kindesalter Grundlagen für eine mögliche musikalische Förderung entdeckt und weitergebildet werden können.

Krabbelgruppe in Dargun

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termin: dienstags, ab dem 04.02.2025 von 10:00 – 11:30 Uhr

Teilnehmerbetrag: 50,00 Euro Euro (8 Termine)

Leitung: Margarethe Willert (Hebamme)

Zielgruppe: Eltern mit ihren Babys ab dem 4.Lebensmonat

Anmeldung: m.willert@sozialwerk.net

Projekt: Familienbildung nah dran

In der Krabbelgruppe verbringst du Qualitytime mit deinem Baby. Wir lernen gemeinsam Lieder, Fingerspiele und Kniereiter kennen und die Babys entdecken unterschiedliche Krabbellandschaften und Spielzeuge. Ihr bastelt bleibende Erinnerungen wie Hand- und Fußabdrücke und tauscht euch mit den anderen Eltern im Kurs bei einem Kaffee oder Tee aus. Themen, die euch besonders interessieren, vertiefen wir in der Krabbelgruppe.

Geschwisterkurs

Ort: Kreiskrankenhaus Demmin, Wollweberstr. 21, Demmin

Zeit: 19.03.2025 und Juli 2025 von 15.00 – 16.30 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 15,00 Euro pro Elternteil + Kind

Leitung: die Hebammen des Kreiskrankenhauses in Demmin und Kathleen Bertow (Sozialpädagogin)

Anmeldung: Kathleen.bertow@sozialwerk.net

Zielgruppe: werdende Geschwisterkinder plus Eltern(teile)

Projekt: Guter Start ins Leben

Werdende Geschwister dürfen alles fragen und Vieles ausprobieren! Für die Geschwister ist die Ankunft des Babys genauso neu wie für Sie. „Was erwartet uns da?“, werden sie sich fragen, Eifersucht und Ängste bleiben nicht aus. Umso wichtiger ist es, „große“ Kinder mit Verständnis und Einfühlungsvermögen auf die neue Situation vorzubereiten.

Folgende Kursinhalte erwarten Sie: Was macht das Baby in Mamas Bauch und wie kommt es zur Welt? Wie halte ich es richtig? Was isst und trinkt das Baby? Warum schreit meine Schwester/mein Bruder? Diese und andere Fragen werden im Geschwisterkurs beantwortet. Zudem lernen die Kinder den Umgang mit dem neuen Geschwisterkind: Baden, Wickeln und Tragen werden geübt. Eine eigene Puppe oder ein Teddy darf gern mitgebracht werden. Außerdem werden wir die Entbindungsstation besichtigen. Am Ende erhält jedes Kind ein anerkanntes Geschwisterdiplom.

2. Eltern-Kind-Treffs

Osterbastelei

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Freitag, 28.03.2025, 15.00 – 17.00 Uhr

Kosten: 10,00 Euro pro Familie

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern

Ostern steht vor der Tür und wir wollen zusammen die Osterzeit begrüßen. Bei Kaffee und Kuchen wollen wir zusammen eine hübsche Osterdeko oder ein Osternestchen für zuhause basteln.

Osterbrunch

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Mittwoch, 23.04.2025, 10.00 – 11.30 Uhr

Kosten: 5,00 Euro pro Familie + jeder bringt eine Kleinigkeit für das Büfett mit

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern

Zu einem gemütlichen Brunch sind alle herzlich eingeladen. Hier kann man zusammen mit anderen Familien das Büfett sich schmecken lassen und den Vormittag genießen.

Winterspielplatz– Indoorspielplatz für Eltern mit ihren Kindern bis zum 3. Lebensjahr

Ort: Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde, Rudolf-Fritz-Str. 1, Malchin

Termine: Samstag, d. 25.01.; 01.03.;29.03.2025

Zeit: 15.30 – 17.30 Uhr

Kosten: kostenfrei

Leitung: Kathleen Bertow

Zielgruppe: Eltern/Großeltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr

Projekt: „Guter Start ins Leben“ der Frühen Hilfen

Zum Spielen und Austauschen sind Familien herzlich eingeladen. Hier können die Kinder bis 3 Jahre gemeinsam mit ihren Eltern/Großeltern dann in trockener und warmer Atmosphäre spielen, toben und viel Spaß haben. Den Eltern wird in einem Café-Bereich die Möglichkeit zur Begegnung und zum Austausch untereinander gegeben. In der Zeit von 15.30 bis 17.30 Uhr stehen die Türen offen und es kann gespielt, gebaut, gelesen, gehüpft, gekrabbelt und gefahren werden. Herzlich Willkommen und bitte Socken mitbringen!

Winterspielplatz in Dargun

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termine: Samstag, 22.02.2024 von 15.30 – 17.00 Uhr

Kosten: kostenfrei

Leitung: Margarethe Willert

Anmeldung: m.willert@sozialwerk.net

Projekt: Familienbildung nah dran

Die Tage sind noch dunkel und nass, in diese graue Tristesse wollen wir Leben, Farbe und Fröhlichkeit bringen. Kommt mit euren 0-3 jährigen Kindern an diesen Samstagnachmittagen in unser Familienzentrum, tauscht euch mit anderen Eltern aus und lasst eure Kinder spielen und toben.

Familienfrühstück in Dargun

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termine: Montag, 27.01. und 17.02. 2025 von 10.00 – 11.30 Uhr

Kosten: 5,00 Euro

Leitung: Margarethe Willert

Anmeldung: m.willert@sozialwerk.net

Projekt: Familienbildung nah dran

Alle Familien sind willkommen, sich in gemütlicher Runde, bei leckerem Frühstück über schlaflose Nächte und andere Herausforderungen des Familienalltags auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Margarethe Willert als Hebammen hat für alle Anliegen rund um das Leben mit Baby und Kleinkind ein offenes Ohr.

Flohmarkt

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termin: Samstag, 12.04.2025, 14.00 – 17.00 Uhr

Kosten: 10,00 Euro Standgebühr und ein Kuchen fürs Kuchenbuffet

Anmeldung: m.willert@sozialwerk.net

Projekt: Familienbildung nah dran

Euer Kind wächst viel zu schnell aus der Kleidung raus, die Kisten mit der zu kleinen Kleidung stapeln sich? Dann melde dich zu unserem Flohmarkt an und verkaufe deine Habseligkeiten weiter. Secondhand istl im Trend, denn nachhaltiger geht es nicht. Also tragt euch den Termin ein, kommt stöbern oder esst ein Stück Kuchen von unserem Kuchenbuffet.

Elterncafé

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: freitags am 24.01.; 07.03

montags, 07.04.; 12.05.; 23.06.; 14.07.2025 in der Zeit 09.30 – 11.00 Uhr

Kosten: kostenfrei (die Kaffeekasse freut sich über eine kleine Spende 😊)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern mit zum 3.Lebensjahr

Projekt: Guter Start ins Leben

"Eltern sein ist toll! Eltern sein ist spannend! Eltern sein ist nicht immer ganz einfach!". Das erleben Eltern im Alltag immer wieder. Wir wollen in gemütlicher Atmosphäre miteinander ins Gespräch kommen, Gedanken austauschen, Kontakte knüpfen. Geschwisterkinder sind natürlich auch herzlich willkommen. Die Inhalte könnt ihr wie immer mitgestalten. Also seid gespannt und kommt vorbei!

Elsas Krabbelstube

Ort: Gemeindehaus "Elsa-Brändström" in Demmin, Kichplatz 7 (Parkplätze im Parkhaus unter dem Marktplatz)

Termin: mittwochs von 10.00 – 11.30 Uhr

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: über das Kirchenbüro Demmin: 03998/433483

Leitung: Pastorin Uta Voll

Zielgruppe: Eltern oder Großeltern mit Kleinkindern

In Elsas Krabbelstube gibt es viel Platz zum Krabbeln und Spielen. Zu Beginn und zum Ende des Vormittags gibt es Lieder (auch christliche) und Fingerspiele. Für die Eltern steht Kaffee/Tee zur Verfügung.

3. Elternkurse

Starke Eltern starke Kinder[®]

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Str. 1a in Malchin

Termin: nach Absprache

Teilnehmergebühr: 50,00 Euro pro Person, für Elternpaare 80,00 Euro

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Referentin: Rica Düde-Grandke und Kathleen Bertow, lizenzierte Elterntrainer

weitere Ermäßigung bitte im Familienzentrum erfragen

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: alle Mütter, Väter, Pflegeeltern

Das Kursangebot Starke Eltern – Starke Kinder[®] richtet sich an alle Mütter, Väter aber auch Pflegeeltern die mehr Freude, Leichtigkeit und zugleich mehr Sicherheit in der Erziehung erreichen möchten.

Elternkurse:

helfen, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern

- zeigen Wege, um Konflikte zu bewältigen und zu lösen.
- stärken das Selbstbewusstsein von Müttern, Vätern und Kindern
- bieten Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern
- eröffnen Ihnen Chancen, Freiräume für sich selbst zu schaffen und frische Kraft zu tanken
- informieren über allgemeine Erziehungsthemen und über Kinderrechte
- stärken das Selbstbewusstsein von Müttern, Vätern und Kindern

Pubertät – ist die Zeit, in der die Eltern schwierig werden! Online-Kurs

Termin: nach Absprache (4 Termine)

Zeit: nach Absprache und vorheriger Anmeldung

Teilnehmergebühr: 35,00 Euro pro Person

Referentin: Rica Düde-Grandke (Dipl. Pädagogin und lizenzierte Elterntainerin) und Andra Kabisch (Dipl. Sozialpädagogin)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119) oder www.sozialwerk-online.de

Ein Online-Kurs zur Stärkung im Erziehungsalltag und für mehr elterliche Gelassenheit, für Mütter und Väter von Kindern/Jugendlichen zwischen 11-16 Jahren.

Die Pubertät ist für Eltern wie für Jugendliche gekennzeichnet durch Aufbruch, Risiko, Anstrengung und Gefühlschaos. Die schönen Seiten scheinen oftmals in den Hintergrund zu treten. Im Kurs wollen wir beide Seiten betrachten. Wir nehmen Einblick in die Veränderungen und stellen die Beziehungsgestaltung, Konfliktmanagement und den Ablösungsprozess in den Mittelpunkt. Wir werden uns ebenfalls mit dem Thema Suchtverhalten und Suchtprävention beschäftigen.

4. Rund um die Geburt

Schwangeren- und Familienfrühstück

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Straße 1a, Malchin

Termin: Freitag, 21.03.2025 und im Juni 2025

Kosten: 5,00 Euro p.P.

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119) oder unter kathleen.bertow@sozialwerk.net

Zielgruppe: Schwangere und Mütter mit ihren Babys

Zu einem leckeren Frühstück laden wir alle Schwangeren und Mamas ins Familienzentrum ein. Triff andere Schwangere oder frisch gebackene Mamas und tauscht euch zu Themen aus, die euch gerade interessieren. Mit dabei ist die Hebamme Maxi Kuberka, die alle eure Fragen zum Thema Eltern-Werden, Säuglingspflege, Stillen und Vieles mehr beantworten kann.

Kugeltreffen

Ort: Hebammenpraxis Malchin. Dr.-W.-Arnold-Str. 24, 17139 Malchin

Termin: auf Anfrage

Anmeldung: Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich bei Maxi Kuberka (0176 84342721 oder per Mail an hebammenpraxiskuberka@gmail.com)

Zielgruppe: Schwangere

Ob du nun am Anfang oder in der Mitte deiner Schwangerschaft bist, vielleicht sogar kurz vor dem Entbindungstermin – ich lade dich herzlich ein zum Kugeltreff in der Hebammenpraxis. Ein Treffen, um andere Schwangere kennenzulernen & sich gegenseitig auszutauschen. In lockerer Atmosphäre klären wir alle Fragen bezüglich der Schwangerschaft & Geburt sowie dem Wochenbett. Auch Fragen zum Geburtsort, zum Elternwerden oder zur Babypflege werden beantwortet. Dieses Treffen ist auch für werdende Mamas, die nicht in meiner Betreuung sind.

Rückbildungskurs

Ort: Hebammenpraxis Malchin. Dr.-W.-Arnold-Str. 24, 17139 Malchin

Termin: ab April und Juli 2025, ein Kurs beinhaltet 5 Termine a 2 Stunden

Anmeldung: Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich bei Maxi Kuberka (0176 84342721 oder per Mail an hebammenpraxiskuberka@gmail.com)

Kosten: kostenfrei (wird über die Krankenkasse getragen)

Vor allem in der Bauch- und Beckenregion musste der Körper während der Schwangerschaft einiges aushalten. Gerade der Beckenboden sollte nach einer Geburt wieder gestärkt werden. Deshalb ist es von Vorteil nach der Geburt einen Rückbildungskurs zu besuchen. Mit diesem kann man ab der 6. bis 8. Woche nach der Geburt beginnen. Die Kosten werden vollständig von der Krankenkasse übernommen, solange der Kurs bis zum Ende des neunten Monats nach der Geburt abgeschlossen ist

"Yoga für Schwangere"

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termin: mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr,

Teilnehmerbetrag: 10,00 Euro Euro pro Yogastunde

Leitung: Susann Sikinger (Schwangeren-Yoga-Übungsleiterin)

Zielgruppe: Schwangere ab der 13.Schwangerschaftswoche

Anmeldung: susann.sikinger@outlook.com oder 01523-1879724

Im Kurs "Yoga für Schwangere" werden sanfte Asanas, Atemtechniken und Meditation genutzt, um das körperliche Wohlbefinden und die seelische Balance zu fördern. Die Übungen stärken den Körper, lindern Beschwerden wie Rückenschmerzen und bereiten auf die Geburt vor. Atemübungen reduzieren Stress und fördern die Verbindung zwischen Mutter und Kind. Achtsamkeit und innere Ruhe unterstützen die werdenden Mütter, ihren Körper bewusst wahrzunehmen und sich auf die bevorstehende Geburt vorzubereiten. Der Kurs hilft, die Energie in dieser besonderen Zeit zu bewahren und das Wohlbefinden zu steigern.

"Rückbildungsyoga"

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termin: nach Anfrage

Teilnehmerbetrag: 10,00 Euro Euro pro Yogastunde

Leitung: Susann Sikinger (Schwangeren-Yoga-Übungsleiterin)

Zielgruppe: für Frauen nach der Geburt und auch Stillzeit möglich

Anmeldung: susann.sikinger@outlook.com oder 01523-1879724

Im Kurs "Rückbildungsyoga" werden sanfte Übungen angeboten, die gezielt die Muskulatur nach der Geburt stärken und die Körperhaltung verbessern. Atemtechniken und sanfte Dehnungen fördern die Entspannung und helfen, den Beckenboden zu kräftigen. Der Kurs unterstützt die Rückbildung und trägt dazu bei, das Gleichgewicht von Körper und Geist wiederherzustellen. In einer kleinen, vertrauensvollen Gruppe können Mütter in ihrem eigenen Tempo üben, sich erholen und ihre körperliche und seelische Gesundheit nach der Geburt wiederaufbauen.

Trageworkshop

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Straße 1a, Malchin

Termin: Mittwoch, d. 19.03.2025, 09.30 – 11.30 Uhr

Kosten: 15,00 Euro pro Person

Referentin: Katharina Göres (Trageberaterin)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119) oder www.sozialwerk-online.de

Zielgruppe: (werdende) Eltern

Trageworkshops sind ideal um sich als Schwangere übers Tragen zu informieren oder mit seinem Baby die richtige Tragevariante (ob Tuch oder Tragehilfe) zu finden. Sie lernen über die richtige Haltung des Babys beim Tragen, wie, wie lange und ab wann Sie tragen sollten. Je nach Bedarf können Sie eine Bindeweise lernen, Tragehilfen ausprobieren und sich einen Überblick über die verschiedensten Tragemöglichkeiten verschaffen. Tragetücher und Tragehilfen sind auch zum Verleih vorhanden.

5. Elternseminare

Unfallverhütung und 1. Hilfe am Baby/Kleinkind

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Dienstag, 25.02.2025, 9.30 – 11.00 Uhr

Kosten: 15,00 Euro

Referent: Philipp Hagemann (Notfallsanitäter beim DRK)

Anmeldung: kathleen.bertow@sozialwerk.net

Zielgruppe: Eltern

Hier geht es um Unfallverhütung und spezielle Maßnahmen, wenn Säuglinge und Kinder erkranken oder sich verletzen. Themen wie Erste Hilfe bei Kinderkrankheiten, Fieberkrampf, Pseudokrapp, Wiederbelebung bei Babys und Kleinkindern werden mit einem anerkannten Ausbilder für 1.Hilfe am Kind des DRK-Demmin ganz praktisch besprochen

Ätherische Öle im Familienalltag

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Montag, 24.03.2025, 10.00 – 11.30 Uhr

Kosten: 10,00 Euro p.P.

Referentin: Lisa Weber (Krankenschwester)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern

Eine Einführung in die (ent-)spannende Welt der ätherischen Öle. Welche ätherischen Öle kann ich in welchem Alter bei meinem Baby/ Kleinkind einsetzen? Und wie kann ich sie nutzen, um mich selbst im herausfordernden Familienalltag zu entspannen? Lasst uns gemeinsam erfahren, wie wir uns die Wirkung der ätherischen Öle auf ganz unterschiedliche Weise im Familienalltag zunutze machen können.

Wut, Geschrei und andere starke Gefühle

Ort: in den Räumen des MGH, August-Seidel-Str. 26/Straße des Friedens 3, Stavenhagen

Termin: Mittwoch, d. 21.05.2025 von 19.00 – 20.30 Uhr

Kosten: 10,00 Euro p.P.

Referentin: Johanna Otte (Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe, Babytherapeutin und bindungsorientierte Körperpsychotherapeutin)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Fühlst du dich auch manchmal total herausgefordert, wenn dein Kind einen Wutanfall hat und du gar nicht weißt, wie du ihm da wieder

heraus helfen kannst? In diesem Workshop wollen wir uns mit den starken Gefühlen von Kindern beschäftigen. Warum weinen bzw. schreien Kinder, sind wütend oder traurig? Neben den Ursachen geht es auch darum, die verschiedenen Gefühlsausdrücke zu unterscheiden und Wege zu finden, mit starken Gefühlen umzugehen.

Kinder mit ADHS “Mit dem Kopf in den Wolken und mit dem Körper im Chaos

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Donnerstag, 20.03.2025, 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 5,00 Euro pro Person

Leitung: Karoline Gramß (Pädagogin und Kinderschutzfachkraft)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Sitz doch mal still... Sei endlich ruhig... Leg das weg... Konzentrier' dich doch mal... Hör mir endlich zu... Gib dir mehr Mühe... Kommt Ihnen das bekannt vor? Kinder und Jugendliche, die mehr als nur aus der Reihe tanzen und gleichzeitig so sensibel sind. Pädagogin und Kinderschutzfachkraft Karoline Gramß klärt umfassend über das Krankheitsbild auf und sensibilisiert Sie für ADHS- Betroffene im Familien-, Kita- und Schulalltag.

Die Welt in unserem Smartphone – Trends, Reize und Gefahren digitaler Medien

Ort: online über webex

Termin: Mittwoch, 09.04.2025 von 19.00 – 20.30 Uhr

Kosten: 10,00 Euro pro Person

Referent: Daniel Meslien (LAKOST MV)

Anmeldung: kathleen.bertow@sozialwerk.net

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Die digitalen Medien verändern grundlegend die Art der Kommunikation in Schule, Beruf und Freizeit. Instagram, WhatsApp, YouTube bieten den Heranwachsenden einen neuen Raum, in dem sie sich austauschen, zocken und Teil einer Community werden können.

Für viele Eltern wirft diese digitale Welt etliche Fragen auf.

Wann ist es Zeit für ein erstes Smartphone oder Tablet? Was könnte beim Kauf berücksichtigt werden? Welche Rolle spielt der elterliche Umgang mit digitalen Medien? Auch das Thema Datenschutz und das Teilen von Fotos und Daten im Netz soll Inhalt des Abends sein.

Zu diesen und andere Fragen informiert und diskutiert der Referent für Mediensuchtprävention auf einem Elternabend gern mit Ihnen.

Elterncafé Malchin- Gesunder Alltag in der Familie- Eltern als Gestaltende gesunder Kindheit

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Freitag, 07.03.2025, 15.00 – 16.30 Uhr

Kosten: 6,00 Euro pro Familie

Leitung: Johanna Otte

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern

Kennst du das: Du bist zwischen deinen eigenen Bedürfnissen und denen deiner Kinder zerrissen? Fragst du dich manchmal, wie du allem gerecht werden kannst?

In diesem Workshop verschaffe ich dir einen Überblick über die Bedürfnisse und Rhythmen der Kinder und wie sie begleitet werden können. Wir stellen uns Fragen wie: An welchen Stellen kannst du deinen Alltag vereinfachen? Wie kannst du Wunsch und Bedürfnis unterscheiden? Was braucht dein Kind für eine gesunde Entwicklung und wie kannst du die Rhythmen der Kinder nutzen?

Geschwister zwischen Liebe und Rivalität

Ort: Wollweberstr. 4b, 17109 Demmin

Termin: Mittwoch, d. 21.05.2025, 19.00 – 20.30 Uhr

Kosten: 10,00 Euro pro Familie

Leitung: Johanna Otte

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Die einen verstehen sich ohne Worte, andere streiten sich wegen jeder Kleinigkeit. Manche trennen mehrere Jahre, andere nur ein Jahr. Die einen wachsen nur mit Brüdern oder Schwestern auf, andere mit einem Zwilling an der Seite. Starke Gefühle – oft zwiespältige – prägen Geschwisterbeziehungen und machen sie so faszinierend. Die Skala der Emotionen, die ein Kind seinem Geschwister gegenüber empfindet, kann von Liebe bis Hass reichen – mit allen Abstufungen dazwischen. Was macht die Geschwisterbeziehung eigentlich so besonders? Wie kann Bonding entstehen und welche Rollen nehmen Kinder im Familiensystem ein? Außerdem geht es um Eifersucht, Neid und Aggressionen.

Nähabend

Ort: Familienzentrum, Rudolf-Fritz-Straße 1a, Malchin

Termin: 24.01.2025 von 18.30 – 20.30 Uhr, weitere Termine werden vor Ort gemeinsam abgesprochen

Kosten: 15,00 Euro pro Person

Kursleiterin: Kerstin Nötzel

Anmeldung: Kerstin Nötzel (0157 30042107)

Zielgruppe: alle Interessierten, auch Anfänger sind Willkommen

Herzlich eingeladen sind alle Näh-Interessierten, egal ob Anfänger oder fortgeschritten. Gerne wollen wir mit euch nähen. Ihr entscheidet, was ihr gerne nähen möchtet oder welche Ideen ihr schon immer einmal umsetzen wolltet. In gemütlicher Runde kann man sich über Tipps und Tricks austauschen oder sich einfach nur an der Nähmaschine ausprobieren. Nähmaschinen sind vorhanden, eure Wunschstoffe bringt gerne mit. Wir freuen uns auf euch.

6. Gesundheitsprävention

Elterncafé Malchin: Was kleine Kinder brauchen – gesundes Aufwachsen mit einer guten und ausgewogenen Ernährung

Ort: Rudolf-Fritz-Str. 1a, Malchin

Termin: Freitag, 23.05.2025, 15.00 – 16.30 Uhr

Kosten: 6,00 Euro pro Familie

Leitung: Sandra Reppe (Verbraucherzentrale MV)

Anmeldung: Kathleen Bertow (0176-57726119)

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern

Kinder sind kaufkräftige Kunden von heute und morgen. Das wissen auch die Werbe- und Marketingexperten. Die bunten Verpackungen, Aufkleber und Sammelfiguren machen die Lebensmittel für Kinder interessant. Eltern haben es nicht leicht den Überblick zu behalten und ihren Kindern eine ausgewogene Kost auf den Tisch zu bringen.

Im Vortrag werden Werbung und Wirklichkeit von Kinderlebensmitteln näher beleuchtet. Mit Hilfe der Ernährungspyramide wird aufgezeigt, was wirklich wichtig ist für eine ausgewogene Kinderernährung und wie man diese praktisch umsetzen kann.

"Yoga für Frauen"

Ort: Demminer Str. 18, Dargun

Termin: montags, 16:00 – 17:30 Uhr,

Teilnehmerbetrag: 10,00 Euro Euro pro Yogastunde

Leitung: Susann Sikinger (Schwangeren-Yoga-Übungsleiterin)

Zielgruppe: Frauen

Anmeldung: susann.sikinger@outlook.com oder 01523-1879724

Im Kurs "Yoga für Frauen" üben wir in einer kleinen Gruppe von maximal 8 Teilnehmerinnen. Durch individuelle Betreuung und achtsame Praxis werden Körper, Geist und Seele in Einklang gebracht. Die Übungen stärken den Körper, verbessern Flexibilität und fördern die innere Balance. Atemtechniken und Meditation helfen, Stress abzubauen und die Selbstwahrnehmung zu vertiefen. In dieser geschützten Umgebung können Frauen in ihrem eigenen Tempo an ihrer körperlichen und mentalen Gesundheit arbeiten und ein Gefühl von Ruhe und Kraft entwickeln.

Kinder- Teenies- Turnen beim TSV Malchin

Ort: Turnhalle „Grundschule Pestalozzi“

Termin: mittwochs, 16.00 – 17.00 Uhr

Beitrag: Mitgliedschaft beim TSV Malchin für 48 Euro im Jahr

Leitung: Anne Geschwandtner

Anmeldung: Anne Geschwandtner (0176/ 24611272 oder
anja.winkelmann1@gmail.com

Zielgruppe: Kindern von 3 bis 6 Jahren

Du möchtest fit bleiben und gemeinsam Sport machen, dann komm vorbei. Hier turnen Schüler und Schülerinnen der 5. Klasse mit euch. Da die Teilnehmerzahlen begrenzt sind ist eine Anmeldung wichtig. Ein Probetraining ist auch ohne Mitgliedschaft möglich. Unterstützer werden noch gesucht und sind willkommen.

Kindersportgruppe Neukalen

Ort: Turnhalle in der Schulstraße in Neukalen

Termin: Donnerstag von 16 – 18 Uhr

Kosten: Mitgliedschaft im TuS Neukalen für 40 Euro pro Jahr

Leitung: Manuela Streibel (01520 678 66 49)

Zielgruppe: Kinder im Alter von 3-6 Jahre (16.15 – 17.00 Uhr)

Kinder ab der Grundschule (17.00 – 18.00 Uhr)

Mit viel Spiel, Spaß und Musik treffen sich jeden Donnerstag erst die kleinen Turner und dann die großen Sportler in der Turnhalle in Neukalen. Egal ob groß oder klein, die Freude steht an erster Stelle, während neue Bewegungen gelernt und bekannte Bewegungen gefestigt werden.

7. Angebote für Kitas und Schulen

Für Kindertagesstätten und Schulen bieten wir Elternveranstaltungen zu Themen aus folgenden Bereichen an:

Altersgerechte Entwicklung

Erziehung

Familienalltag

Gesundheit

Hierzu sprechen Sie uns gerne an.