

Königs Wusterhausen

Kurs „Musikgarten®“

Der Musikgarten® lädt Kinder und deren Eltern zum gemeinsamen Musizieren, Singen, Bewegen und Musik-hören ein.

▶ immer montags und mittwochs, Phase I (1,5 bis 3 Jahre): 15:30 – 16:15 Uhr, Phase II (3 – 5 Jahre): 16:30 – 17:15 Uhr, Trommelkurs (ab 5 Jahre, ohne Eltern): 17:30 Uhr

Ort: Am Notte-Fließ 2, 15711 Königs Wusterhausen

€ Start jederzeit, bei vorhandenen Plätzen auch im laufenden Kurs - kostenlose Schnupperstunde möglich. Anmeldung zum Musikgarten® erfolgt durch den Verkauf von 10er Karten für 145€ über www.marthagorny.de | durchgeführt von Martha Gorny



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.

▶ Dienstag, 19. September 2023, 9.30 - 12.00 Uhr

Ort: Bürgertreff KW, Fontaneplatz 2, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Ina Seitz (Ernährungswissenschaftlerin)

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.

▶ Samstag, 14. Oktober 2023, 10.00 - 11.30 Uhr

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

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

Papatreff - Väter unter sich

Väter können sich beim Papatreff austauschen und ihre Themen besprechen.



▶ an jedem 2. Dienstag im Monat, Termine: 12. September/ 10. Oktober/ 14. November und 12. Dezember 2023, 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, 9. und 23. August/ 6. und 20. September/ 4. und 18. Oktober/ 1., 15. und 29. November/ 13. Dezember 2023, jeweils von 15.30 - 17.30 Uhr

Ort: 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

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: 3. und 17. August/ 7. und 21. September/ 5. und 19. Oktober/ 2. und 16. November/ 7. Dezember 2023, jeweils von 10.00 – 12.00 Uhr

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

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

Familientreff Königs Wusterhausen

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 ▶ immer mittwochs, 15.00 - 16.30 Uhr **Ort:** Kursraum, VALETUDO - Haus für Gesundheit, Familie und Bildung, Friedrich-Engels-Straße 25, 15711 Königs Wusterhausen

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

Wildau

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 Themen. ▶ immer dienstags, 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.)

Informationen, Anmeldung und Kontakt

Netzwerk Gesunde Kinder Dahme-Spreewald

c/o AWO Regionalverband Brandenburg Süd e. V.

Königs Wusterhausen: Märkische Zeile 16, 15711 Königs Wusterhausen

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

Kostenloses Info-Telefon: 0800 64546337

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

www.awo-bb-sued.de

www.facebook.com/awo.ngk.lds

Instagram: [netzwerkgesunde-kinderlds](https://www.instagram.com/netzwerkgesunde-kinderlds)

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



Regionalverband Brandenburg Süd e. V.



andreas DAHME-SPREEWALD



LAND BRANDENBURG
Ministerium für Bildung,
Jugend und Sport

www.netzwerk-gesunde-kinder.de



Termine

Netzwerk Gesunde Kinder

Dahme-Spreewald

Nördlicher Landkreis

August - Dezember 2023

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

● **Elterntreffen - Tipps und Tricks direkt zum Mitnehmen**

Bei diesen Online-Treffen 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, 15. August/19. September/17. Oktober/14. November/ 12. Dezember 2023, jeweils von 19.30 - 21.30 Uhr (Die genauen Themen der Termine können bei uns angefragt werden.)

Ort: online per Zoom

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

● **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, 8. September und Dienstag, 12. Dezember 2023, jeweils von 10.00 - 12.30 Uhr

Ort: online per Zoom

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

● **Themenabend „Hauen, schlagen, beißen“**

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

▶ Dienstag, 10. Oktober 2023, 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Hybridveranstaltung: AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen sowie online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Dr. Katharina Schiersch (Kindheit e. V.)

● **Hausapotheke und Kindersicherheit im Alltag**

Teil 1 der Veranstaltung beinhaltet die gute alte Familienhausapotheke: Kirschkernkissen, Fieberzäpfchen, Bäuchleinsalbe - 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.

▶ Dienstag, 17. Oktober 2023, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: online per Zoom

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



● **Schönefeld**

● **Themenvormittag „Ab wann braucht ein Kind Grenzen?“ (mit Kinderbetreuung)**

Grenzen sind für Kinder nicht nur Einschränkungen, sondern sie helfen auch, sich zurechtzufinden. Klare Grenzen und Regeln geben Kindern Orientierung und Sicherheit, die sie brauchen, um selbstbewusst aufzuwachsen. Bei welchen Gelegenheiten sollten Eltern Grenzen setzen?

▶ Samstag, 18. November 2023, 10.00 - 12.00 Uhr

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

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

● **Königs Wusterhausen**

● **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 dem Krabbelalter.

▶ 5 Einheiten/montags, Termine: 18./25. September und 9./16./23. Oktober 2023, 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)

● **1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder - auch ONLINE**

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.

▶ Mittwoch, 31. August 2023, 17.00 - 20.00 Uhr

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

▶ Dienstag, 28. November 2023, 17.00 - 19.00 Uhr

Ort: online per Zoom

€ 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 Wehwehen. Was hilft wo am besten?

▶ samstags, 16. September/18. November 2023, 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)

● **Stillcafé vor Ort und Online-Fragestunde „Rund ums Stillen“**

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

▶ an jedem 1. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: online per Zoom

▶ jedem 3. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr

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

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

Familienwochenende „Freude mit Kindern“

Wochenende im KiEZ Hölzerner See für Familien mit mindestens einem Kind unter 3 Jahren. Es gibt interessante Workshops für Eltern zu den Themen Erziehung und Entspannung im Familienalltag, mit Kinderbetreuung. Geplant sind auch gemeinsame oder individuelle Aktivitäten am Nachmittag und am Abend. Inklusive 2 Übernachtungen und Vollverpflegung! ▶ Freitag, 6. bis Sonntag, 8. Oktober 2023 **Ort:** KiEZ Hölzerner See, Weg zum Hölzernen See 1, 15754 Heidesee OT Gräbendorf

€ kostenfrei, aber praktische Mitwirkung erwünscht, Teilnehmeranzahl begrenzt



● **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, 6. Oktober 2023, 10.00 - 12.00 Uhr

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

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



● **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 - 12.00 Uhr

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

€ kostenfrei | durchgeführt von den Mitarbeiterinnen des Netzwerks Gesunde Kinder