



Termine

Netzwerk Gesunde Kinder
Dahme-Spreewald
Januar - Juli 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 ein so vielfältiges Veranstaltungsangebot im 1. 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 verschiedenen Themenabenden bis hin zum großen Zwergensommerfest, welches am 8. Juni 2024 im Kemnitz bei Luckau stattfindet. Zudem haben auch viele Angebote unserer Netzwerkpartner*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

● Themenvormittag „Kinder brauchen Grenzen?“ (mit Kinderbetreuung) - auch ONLINE

Die Veranstaltung, durchgeführt von der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Kindheit e.V. Wildau, soll Denkanstöße zur Auseinandersetzung geben. Im Elternseminar werden Anregungen zum Grenzen setzen gegeben. Der wichtige Gegenpol dazu ist das Einfühlen. Im Mittelpunkt des Seminars stehen beide Seiten des Erziehungsverhaltens.

▶ Samstag, 20. Januar 2024, 10.00 - 12.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld sowie ONLINE per Zoom

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

● Themenabend „Autonomiephase - Wenn Kinder ihren eigenen Willen entdecken“ - auch ONLINE

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 machen. Hierbei treten oft Wutausbrüche auf. Wie kann die Autonomiephase achtsam begleitet werden?

▶ Donnerstag, 14. März 2024, 17.30 - 19.00 Uhr

Ort: Attilastraße 18, 12529 Schönefeld OT Großziethen sowie ONLINE per Zoom

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

● Themenabend „Hauen, schlagen, beißen“ - 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, 9. April 2024, 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld sowie ONLINE per Zoom

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

Großziethen und Schönefeld

● Themenabend „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?

 Dienstag, 4. Juni 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.)



● Familientreff Großziethen

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 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.)

● 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 meine 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





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 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



Königs Wusterhausen

● Kinderwunschgruppe

Hier können Menschen mit unerfülltem Kinderwunsch Erfahrungen und Gedanken mit anderen ungewollt kinderlosen Frauen und Männern teilen. Im 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, 31. Januar/28. Februar/13. März/24. April/22. Mai/19. Juni 2024, jeweils von 17.30 - 19.00 Uhr

Ort: AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen kostenfrei | durchgeführt von Doula Martina Riedel



● **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: 4. und 18. Januar/1. und 15. Februar/7. und 21. März/4. und 18. April/2. und 16. Mai/6. und 20. Juni/4. und 18. Juli 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, wundete Brustwarzen, Stillabstände, Stillstreik, Schlaf, Beikost, Abstillen u. v. m.

▶ jedem 3. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr, Termine: 17. Januar/21. Februar/20. März/17. April/15. Mai/19. Juni/17. Juli 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, 8. März 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.

► Samstag, 27. April 2024, 10.00 - 11.30 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 heranzuführen? Der Beikost-Workshop behandelt das Grundwissen über gesunde Ernährung; es werden Rezepte vorgestellt und gemeinsam (gern auch vom Baby direkt) ausprobiert.

► Dienstag, 16. April 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.

▶ Mittwoch, 29. Mai 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, 27. Januar/25. Mai 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 dem Krabbelalter.

▶ 5 Einheiten/dienstags, Termine: 12./19./26. März und 2./9. April 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)



● 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

● Entspannungsworkshop: „Stress, lass‘ nach! Pause vom Alltag für Eltern“

Kinder, Job, Haushalt - das kann mehr als anstrengend sein. Welche konkreten Entspannungsmethoden können helfen, aus diesen Stresssituationen herauszukommen oder aber diese im Vorfeld zu verringern? Ein Workshop für Eltern.

▶ Samstag, 2. März 2024, 10.00 – 16.00 Uhr

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Marlyn Wenzel (Heilpraktikerin/Begleiterin Stressmanagement) und Jenny Mattiä (Osteopathin/Heilpraktikerin für Physiotherapie/Kräuter- und Naturwirtin)

● 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 Trotzphase. 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: 9. Januar/13. Februar/ 12. März/ 9. April/ 14. Mai und 12. Juni 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, 10. und 24. Januar/ 7. und 21. Februar/ 6. und 20. März/ 3. und 17. April/ 15. und 29. Mai/ 12. und 26. Juni/ 10. und 24. Juli 2024, 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

● Austauschgruppe „Stark durch die Gruppe“

Austauschgruppe für erschöpfte und Burnout gefährdete Eltern zu folgenden Themen: Care-Arbeit/Mental load/Stressmanagement im Alltag/Entspannungs- und Bewältigungsstrategien: Gruppe 1 (mit Kinderbetreuung): 16.00 – 18.00 Uhr/ Gemeinsames Abendessen ab 17.30 Uhr/kleine Auszeit für Vernetzung /// Gruppe 2 (nur für Eltern): 19.00 – 21.00 Uhr/ ab 20.30 Uhr: Austausch und Vernetzung

🕒 Termine: donnerstags, Termine: 22. Februar/ 21. März/ 18. April/ 16. Mai/ 13. Juni 2024

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Christine Renter, Fachkraft für Familienberatung/Stressmanagement und ressourcenorientierte Traumaarbeit in Kooperation mit Frau Dr. Müller-Foti

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

● Kindertanzen im Familienzentrum KW

Ein freies 6-wöchiges Bewegungs- und Tanzangebot mit Tanztherapeutin Karin Paul für bis zu 5 Kinder, das gegenseitige Inspiration, Kommunikation und Verbindung fördert.

🕒 ab dem 25. März 2024 jeden Montag, 14.30 – 15.15 Uhr (Altersgruppe 4 - 6 Jahre) und 15.30 – 16.15 Uhr (Altersgruppe 6 – 8 Jahre)

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Karin Paul (Tanztherapeutin)

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

Königs Wusterhausen

● Eltern-Info-Abend zum Umgang zwischen Eltern und Kindern nach der Trennung oder Scheidung der Eltern

Diakoniewerk
Simeon 

Bedeutung des Umgangsrechtes nach der Trennung der Eltern • Wohn- und Lebensmodelle für Kinder nach der Trennung • Wie kann man seinen Kindern während und nach der Trennung helfen? • Wie und worüber sollten getrennte Eltern kommunizieren und welche Möglichkeiten gibt es?

▶ Montag, 26. Februar 2024, 17.00 – 18.30 Uhr

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Stefanie Backhaus, Familientherapeutin und Psychologin in der EFB

Anmeldung: Tel.: 03375 / 21 15 00 oder Mail: efb-kw@diakoniewerk-simeon.de

● Mitbring-Picknick für Familien

Familien sind herzlich zu einem Mitbring-Picknick eingeladen. Jeder bringt etwas zum Essen mit, entweder für sich selbst oder zum Teilen, sowie eigene Decken, Geschirr und Besteck. Für die Kids gibt es tolle Outdoor-Spielsachen, Luftballons, Bobbycars, Glitzertattoos vor Ort.

▶ Mittwoch, 12. Juni 2024, 15.00 – 18.00 Uhr

Ort: Spielplatz vor dem Ev. Familienzentrum, Schenkendorfer Flur 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von KWer Familieneinrichtungen

● 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. Pünktuell wird die Gruppe durch eine erfahrene Psychologin unterstützt.

▶ dienstags und freitags, Termine: 16. Februar/19. März/ 26. April/21. Mai/21. Juni/ 16. Juli 2024, 17.30 – 19.00 Uhr

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

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

Anmeldung erforderlich!

Samstag
8. Juni 2024
10.00 - 17.00 Uhr



Zwergen

Sommerfest meets

Brandenburger Landpartie

Die Zauberwerkstatt



Drums Alive

Bobbycars-
Parcours



Der fliegende Koch - Gemeinsames
Kochen mit Kindern

Besichtigung der
Milchviehanlagen

Hüpfburgen



Teddysprechstunde
und Teddyapotheke

Ponyreiten

Musik von
DJ Dobby

Kinderschminken

Treckerfahrten

ADAC Autokinder-
sitzberatung

Theater im
Märchentrick

Kindereisenbahn



Eintritt frei!

Flohmarkt für Kinderbe-
kleidung und Spielzeug
(mit 10,00 Euro Standgebühr, Anmeldung
Flohmarkt per E-Mail an ngk-lds@awo-bb-sued.de)

u.v.m.

AWO Ferien- und Freizeitzentrum
Kemnitz – Am Gut 6, 15936 Dahme (Mark)

WO?

● **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, 4. Januar/1. Februar/ 7. März/4. April/2. Mai/6. Juni/4. Juli 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

● **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/donnerstags, Termine: 22./29. Februar und 7./14./21. März 2024, jeweils von 10.00 – 11.00 Uhr

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

€ 110,00 Euro für 5 Einheiten (in bar vor Ort zu entrichten | durchgeführt von Laura Schäfer (Hebamme)



● **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?

▶ Donnerstag, 21. März 2024, 9.30 - 11.30 Uhr

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Luisa Fröhlich (Trageberaterin, Elternkurs-Leiterin)

● 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, 18. Juni 2024, 17.00 - 20.00 Uhr

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

● Sprachentwicklung und Babyzeichen 🌞

Das Sprechen lernen beginnt mit der Geburt und sogar schon weit davor, 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.

▶ Mittwoch, 17. April 2024, 17.00 - 18.30 Uhr

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

€ kostenfrei | Ein Angebot vom Netzwerk Gesunde Kinder, durchgeführt von Christine Tivadar und Jenny Lußky-Nötzel (Sprachberaterinnen des Landkreises Dahme-Spreewald)



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

Das Elterncafé ist ein neuer Treffpunkt für Eltern von Kindern mit Trisomie 21. Es dient als Austausch von Informationen von Eltern für Eltern und zur Vernetzung untereinander. Das Café wird zukünftig einmal monatlich stattfinden. Die genauen Termine werden noch bekannt gegeben.

▶ Termine auf Anfrage

Ort: Mehrgenerationenhaus „Berstetreff“, Gartengasse 14, 15907 Lübben

€ kostenfrei | Leitung: Lisa Schultchen

● **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, 9. Januar/13. Februar/12. März/9. April/14. Mai/11. Juni/ 9. Juli 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: 16. Januar/20. Februar/19. März/16. April/21. Mai/18. Juni/16. Juli 2024

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Henriette Meyer (Hebamme)



● **Tipps für den Beikoststart**

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 heranführen?

▶ Donnerstag, 25. April 2024, 9.30 - 11.30 Uhr

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

€ kostenfrei | durchgeführt von Vanessa Vorreiter (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.

▶ ab März 2024 an jedem dritten Donnerstag im Monat von 15.00 - 16.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedenstraße 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), Friedenstraßes 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), Friedenstraße 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, 5. März 2024, 17.00 - 19.00 Uhr

Ort: online per Zoom

 kostenfrei | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

● 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, 15. März und Freitag, 21. Juni 2024, jeweils von 10.00 - 12.30 Uhr

Ort: online per Zoom

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

● Online-Fragestunde „Rund ums Stillen“

Fragemöglichkeit und Austausch gemütlich von zu Hause aus zu vielen Themen rund um die Stillzeit: richtiges Anlegen des Babys, Steigerung der Milchmenge, wundete Brustwarzen, Stillabstände, Stillstreik, Stillen und Schlaf, Abstillen, Beikost u. v. m.

 (i.d.R.) an jedem 1. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr, Termine: 10. Januar/7. Februar/6. März/3. April/8. Mai/5. Juni/3. Juli 2024

Ort: online per Zoom

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

● Kostenlose Babyschlaf-Sprechstunde mit Sabrina Poser



Es hieß doch „Schlafen wie ein Baby“? Wieso braucht das Kleine dann abends so lange um einzuschlafen? Warum gibt es Phasen, in denen es nachts häufiger wach wird? Ich habe den Eindruck, dass mein Baby zu wenig schläft, ist das normal? Ich komme selber kaum dazu, genügend zu schlafen, weil mein Kleines nicht zur Ruhe kommt, was kann ich tun?

Solchen Fragen, die viele Eltern stark beschäftigen, steht Schlafberaterin Sabrina Poser (mit Fokus auf Bindungs-/Bedürfnisorientierung) gern Rede und Antwort.

▶ immer an jedem 1. Dienstag im Monat, 19.00 – 20.00 Uhr

Ort: online

€ kostenfrei

Infos und Anmeldung? Sabrina Poser 01522-4798986,
E-Mail an kontakt@mit-herz-und-bauchgefuehl.com



● 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.

▶ Montag, 12. Februar 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:

23. Januar 2024: „**Regeln - schön und gut. Doch was ist, wenn niemand mitmacht?**“ Wie viele Regeln machen in unserem Familienalltag Sinn und wie nur können wir hinter das Geheimnis kommen, sie endlich dauerhaft umzusetzen?

20. Februar 2024: „**Gleich platz' ich! - Schimpfen, Drohen und Enttäuschung - Was hilft, wenn nichts mehr hilft.**“ Niemand mag Schimpfen und es hilft noch nicht mal viel und lange - warum schimpfen wir und wie geht Erziehung ohne Schimpfen?

19. März 2024: „**Alles doof, nie hast du Zeit für mich! Immer im Spagat zwischen Kinder und Beruf!**“ Was ist das für ein Wunderwerkzeug, das KLEINE und GROSSE KINDER und auch JUGENDLICHE lieben und was sofort anwendbar ist?

23. April 2024: „**Eltern am Limit - Was tun, wenn mein Kind schreit, schlägt, pausenlos jammert oder einfach nicht mitmacht und ich selbst auch an meine Grenzen stoße?**“ Große Gefühle, ihre Ursachen, Folgen und die guten Nachrichten daran

14. Mai 2024: „**Wenn der Traum von Familie wackelt. Was Kinder und Jugendliche nachhaltig unterstützt, mit Elternstreit, Abschieden und Veränderungen umzugehen.**“ Wenn Kinder zwischen zwei streitenden Elternteilen stehen, fühlen sie sich oft überfordert. Was können Eltern tun, damit Kinder erst gar nicht so viele Belastungen in sich aufbauen oder diese schneller wieder loswerden können

11. Juni 2024: „**Geschwister und Freundschaften - Was unsere Kinder brauchen, um gute Zeiten miteinander zu haben**“ Warum geraten Kinder immer wieder aneinander? Wie können wir Kinder begleiten, gute Zeiten miteinander zu haben und sie auch trotzdem manchmal voreinander zu beschützen?

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

Ort: online per Zoom

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

Anmeldung erforderlich!

● Themenabend „Autonomiephase - Wenn Kinder ihren eigenen Willen entdecken“ 🌻

Kinder im Alter des zweiten bis fünften Lebensjahr befinden sich meist in der sogenannten Autonomiephase. Sie lernen selbstständig zu werden, ihre eigenen Entscheidungen zu treffen und ihre eigenen Erfahrungen machen. Hierbei treten oft Wutausbrüche auf. Wie kann die Autonomiephase achtsam begleitet werden?

▶ Donnerstag, 14. März 2024, 17.30 - 19.00 Uhr

Ort: online per Zoom

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



● 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 aggressiven Verhalten. Wie geht man aber mit aggressivem Verhalten um? Wie können Eltern und Erzieher/-innen diese Situation ins Positive lenken bzw. unterstützen?

▶ Dienstag, 9. April 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.)

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,
 - bereitet die empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen gerne mit Ihnen gemeinsam vor,
 - 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 beigefügte 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

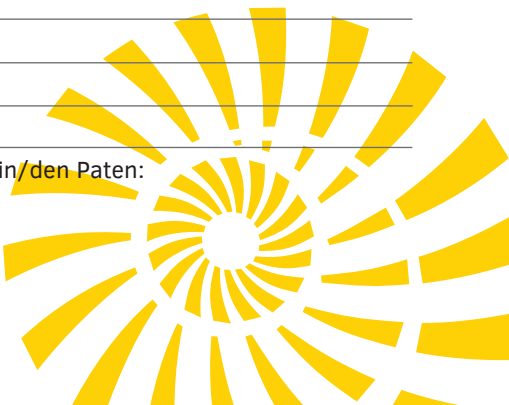
Telefon

E-Mail

Geburtsdatum bzw. voraussichtl. Geburtstermin

Leben im Haushalt bereits Geschwisterkinder?

Wünsche an die Patin/den Paten:



- ☐ 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