

Familien- bildungs- programm

1. Halbjahr 2023



1. Eltern-Kind-Kurse

montags 🕒

ab dem 05.12.22
+ ab dem 13.03.2023
10.00 bis 11.30 Uhr

Familienzentrum 📍

Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

50,00 €* 📄
(8 Treffen)

Mütter und Väter
mit ihren Kindern
ab dem 8.
Lebensmonat

Leitung/Anmeldung 👤
Kathleen Bertow

Familienzentrum !
Malchin

Café Kinderwagen offene Krabbelgruppe

Auch hier wollen wir mit den Kleinen zusammen die Welt mit Liedern und Spielen entdecken. Zeit zum Austausch über Fragen der Entwicklung und Gesundheit bleiben natürlich auch.



donnerstags 🕒

ab dem 01.12.22 und
+ ab dem 09.03.2023
10.00 bis 11.30 Uhr

Familienzentrum 📍
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

50,00 €* 📄
(8 Treffen)

Mütter u. Väter mit
ihren Kindern
ab 4. Lebensmonat

Leitung/Anmeldung 👤
Kathleen Bertow

Familienzentrum !
Malchin

Krabbelmäuse

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. Sie 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.



BabySteps® Kurs

Gemeinsam lernen wir Singspiele und sensomotorische Spielanregungen kennen und probieren Babymassage aus. Knüpft Kontakte mit anderen Eltern und tauscht euch über die wichtigsten Themen im ersten Lebensjahr aus. Unsere Kursstunden beinhalten wissenschaftlich fundiert die Themen Bindung, Handling, Entwicklung, Kommunikation, Milch, Tragen, Schlafen und Beikost. Tipps und Tricks für einen leichteren Alltag mit deinem Baby inklusive!



 **dienstags,**
10:30 – 12:00 Uhr
(8 Kurseinheiten),
Kursbeginn im Februar
und Mai

 **Demminer Str. 18,**
Dargun

 **Einführungsangebot**
75,00 € (8 Treffen)

 Eltern mit ihren Babys
vom 4.-10.
Lebensmonat

 **Leitung**
Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net

BabyTreff

Im BabyTreff 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 im BabyTreff.

 **donnerstags,**
10:00 – 11:30 Uhr,
fortlaufender Kurs,
Einstieg jederzeit
möglich

 **Demminer Str. 18,**
Dargun

 20,00 € Monatsbeitrag

 Eltern mit ihren Babys
vom 8.-12. Lebensmonat

 **Leitung**
Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net



montags, 🕒

15:00 - 16:00 Uhr
und 16.15 - 17.15 Uhr

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

50,00 € für eine 6er
Stempelkarte 📄

Eltern mit ihren Klein-
kindern 12-36 Monate ?

Leitung 👤

Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

Anmeldung 📞

saskia.schwarz@
sozialwerk.net



MaxiSteps Kurs

Eure Elternzeit ist zu Ende und die Babykurse vorbei? Dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt für MaxiSteps! Es erwarten euch spannende und abwechslungsreiche Bewegungsstunden mit Bewegungsbaustellen, Interaktionsspielen, Elementen aus der Montessori Pädagogik, Entspannungseinheiten und (Bewegungs-) Liedern.

Spannende weiterführende Themen für Eltern, von der Autonomiephase, Eingewöhnung, Kinderschlaf über Paarbeziehung bis hin zu Mental Load mit Platz zum Austausch, runden die Kursstunden ab.



freitags, 🕒

10.00 - 11:00 Uhr
(4 Termine),
Kursbeginn Januar,
April, Juli

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

Eltern mit ihren
Babys 0-6 Monate ?

Leitung 👤

Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

Anmeldung 📞

saskia.schwarz@
sozialwerk.net



Babymassagekurs

Euer Wochenbett ist vorbei und nun möchtest du Kurse besuchen und andere Mamas kennenlernen? Dann ist der Babymassagekurs ein guter Anfang, denn hier geht es ruhiger zu als in anderen Babykursen. Hier sind nur Eltern mit ganz kleinen Babys, mit Babys, die noch nicht mobil sind. Du erlernst Handgriffe, mit denen du deinen Sonnenschein auch zu Hause massieren kannst und damit eure Bindung festigst, denn Bindung entsteht unter anderem durch Berührung.



Musikalische Eltern-Kind-Gruppe

Schon die Aller kleinsten 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 aus folgenden Elementen zusammen: Begrüßungslied, Knieriten, 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.



 nach individueller
Absprache

 **Kulturschule Malchin**
Warener Straße 2a

 Eltern mit ihren
Kindern zum
3. Lebensjahr

 **Anmeldung**
03994 223232

 **Projekt:**
Guter Start ins Leben

Musikalische Früherziehung

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 Instrumentalausübung wird dadurch erleichtert, da bereits im frühen Kindesalter Grundlagen für eine mögliche musikalische Förderung entdeckt und weitergebildet werden können.



 **dienstags, mittwochs
und donnerstags**
16:00 - 16:45 Uhr

 **Kulturschule Malchin**
Warener Straße 2a

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

 **Anmeldung**
03994 223232

2. Eltern-Kind-Treffs

Samstag 🕒

21.01.2023;
25.03.2023

15.30 - 17.30 Uhr

Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde 📍

Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

kostenfrei €

Eltern/Großeltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr ?

Leitung 👤
Kathleen Bertow

Projekt: !
Guter Start ins Leben

Winterspielplatz in Malchin

Indoorspielplatz

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!



Samstag 🕒

21.01.2023 und
25.02.2023
15.30 – 17.30 Uhr

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

kostenfrei €

Eltern/Großeltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr ?

Leitung 👤
Saskia Schwarz

Projekt: !
FamLeuchtturm gefördert durch die Nordkirche, Diakonisches Werk Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Winterspielplatz in Dargun

Indoorspielplatz

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.



Elterncafé Demmin

Herzlich Willkommen sind alle Eltern mit ihren Kleinkindern im Alter von 0-3 Jahre. In gemütlicher Atmosphäre besteht hier die Möglichkeit sich über Themen der Familie auszutauschen und gemeinsam mit den Kindern zu spielen. Nach Bedarf können verschiedene Themen besprochen werden: Erziehung, Eltern-Kind-Bindung, Singen und Musizieren, Schlafen, Alltagstipps, Spielzeug selber machen, Verwöhnen, Kitaeingewöhnung, Trocken werden, Trotzphase etc.



 **11.01.; 01.02.; 01.03.
15.03.; 29.03.; 12.04.
26.04.; 10.05.; 24.05.
07.06.; 21.06.;
05.07.2023**
10:00 - 11:30 Uhr

 **Evangelische
Gemeinschaft**
Wollweberstr. 4b
17109 Demmin

 kostenfrei

 Eltern mit Kindern
0-3 Jahre

 **Leitung**
Kathleen Bertow
(0176 – 57726119)

 **Projekt:**
Guter Start ins Leben

Offenes Familienfrühstück

Die meisten Mahlzeiten isst du ganz allein oder allein mit deinem Baby bzw. Kleinkind? Alle zwei Wochen frühstücken wir gemeinsam im Familienzentrum in geselliger Runde, du brauchst dich nur noch an den gedeckten Tisch setzen. Du möchtest uns erstmal unverbindlich kennenlernen? Dann ist dies das richtige Angebot für dich. Das Frühstück ist kostenlos, allerdings wird um eine Spende als Unkostenbeitrag gebeten. Wenn du kommen möchtest, sag kurz Bescheid, damit wir ausreichend einkaufen können. Das Angebot richtet sich an alle (werdenden) Eltern mit Kindern bis 5 Jahre.



 **Jeden 2. Mittwoch**
10.00 bis 11.30 Uhr

 **Demminer Str. 18**
Dargun

 auf Spendenbasis

 Eltern mit ihren
Kindern von 0-5 Jahre

 **Leitung**
Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net

 **Projekt:**
FamLeuchtturm
gefördert durch die
Nordkirche, Diakonisches
Werk Mecklenburg-
Vorpommern e.V.

Rosenmontag, 🌙

20.02.2023,
10.00 – 11.30 Uhr

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

Kostenfrei €

Eltern mit ihren
Kindern von 0-3 Jahre ?

Leitung 👤

Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

Anmeldung 📞

saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Projekt: !

FamLeuchtturm
gefördert durch die
Nordkirche,
Diakonisches Werk
Mecklenburg-
Vorpommern e.V.

Fasching

Dargun Helau! Heute möchten wir mit euren Kleinen ein buntes Faschingsfest feiern. Die (nicht ganz so laute) Musik lädt zum Windel-Po-Wackeln ein, die (nicht ganz so süßen) Naschereien schmecken auch schon den ganz Kleinen und die Kostüme sind hier auch nicht ganz so spektakulär wie bei den großen Karnevalsveranstaltungen. Genau richtig für alle Babys und Kleinkinder bis 3 Jahren mit ihren Eltern oder Großeltern!



Freitag, 🌙

24.03.2023,
15.30 – 17.00 Uhr

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

10,00 € €
pro Familie

Eltern mit ihren
Kindern ?

Leitung 👤

Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin B.A.)

Anmeldung 📞

saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Projekt: !

FamLeuchtturm
gefördert durch die
Nordkirche,
Diakonisches Werk
Mecklenburg-
Vorpommern e.V.

Osterbasteln

Immer wieder kommt ein neuer Frühling, immer wieder kommt ein neuer März! Es fängt an zu grünen und zu blühen, höchste Zeit für ein paar Frühlings- und Osterbasteleien. Kommt vorbei und setzt euch an die vorbereiteten Basteltische!



Flohmarkt in Dargun

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 ist total im Trend, denn nachhaltiger geht es nicht. Also tragt euch den Termin ein, kommt stöbern oder esst ein Stück Kuchen von unserem Kuchenbuffet.



 **Samstag,**
15.04.2023,
10.00 – 13.00 Uhr

 **Demminer Str. 18**
Dargun

 **10,00 €** Standgebühr
und ein Kuchen fürs
Kuchenbuffet

 Eltern mit ihren
Kindern von 0-5 Jahre

 **Leitung**
Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin, B.A.)

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net

 **Projekt:**
„Familienbildung
nah dran“

Osterbastelei

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



 **Freitag,**
24.03.2023,
16.00 – 18.00 Uhr

 **Familienzentrum**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

 **10,00 €**
pro Familie

 Eltern mit ihren
Kindern

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)

Osterbrunch

Hier kann man zusammen mit anderen Familien am gedeckten Tisch schlemmen und den Vormittag genießen.



 **Donnerstag,**
06.04.2023,
10.00 – 11.30 Uhr

 **Familienzentrum**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

 **5,00 €** pro Familie
+ jeder bringt eine
Kleinigkeit für das
Büfett mit

 Eltern mit ihren
Kindern

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)

3. Elternkurse

Freitag, 🕒

17.03.2023,
16.00 – 18.00 Uhr

Familienzentrum 📍

Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

6,00 € 💶
pro Familie

Eltern mit ihren
Kindern ?

Anmeldung 👤

Kathleen Bertow
(0176 – 57726119)

Elterncafé Malchin

Interessante Kinderbücher vorgestellt

Lesen erweitert den Horizont, die Fähigkeiten und Möglichkeiten von Großen und Kleinen in vielerlei Hinsicht - sprachliche Entwicklung, Fantasie, sozio-emotionale Entwicklung und auch das Selbstbewusstsein werden gefördert. Und nicht zuletzt habt ihr eine bindungsfördernde Zeit mit euren Kindern. Doch aus dem Dschungel an Büchern und Medien das Passende für sich zu finden, ist nicht immer ganz leicht. Deshalb haben wir an diesem Nachmittag Jane Langforth von der Stadtbibliothek Malchin zu uns ins Familienzentrum eingeladen, um euch schöne und



Freitag, 🕒

12.05.2023,
16.00 – 18.00 Uhr

Familienzentrum 📍

Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

15,00 € 💶
pro Familie

Eltern mit ihren
Kindern ?

Johanna Otte 👤

Anmeldung 👤

Kathleen Bertow
(0176 – 57726119)

Elterncafé Malchin

Gefühle von Kindern verstehen und begleiten

Gefühlsgewitter - Gefühle sind der Soundtrack deines Lebens. Du brauchst sie um in Beziehung zu gehen, um für andere spürbar zu sein und auch um persönliche Grenzen zu setzen. Manchmal ist es eine Herausforderung die eigenen Gefühle zu äußern - und wenn dein Kind von seinen Gefühlen durchgeschüttelt wird, dann ist es schwer im Gefühlsgewitter einen klaren Kopf zu bewahren. Ich möchte mit dir gemeinsam herausfinden, wie du dich UND die Gefühle deines Kindes besser verstehen, halten und begleiten kannst.



Elterntreff

"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 mitgestalten: ob gemeinsames Basteln, Spielen, Kennenlernen von Kinderbüchern, Rezepte für den Alltag, ... Vieles ist möglich. Also seid gespannt und kommt vorbei!



Starke Eltern starke Kinder®

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

* in Kooperation mit der Sucht- und Drogenberatung Malchin

 **freitags,**
27.01; 03.03; 06.04.;
26.05.;16.06.;
07.07.2023,
09.30 – 11.00 Uhr

 **Familienzentrum**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

 **kostenfrei**
(mit Spende)

 Eltern mit oder
ohne Kinder

 **Referentin**
Kathleen Bertow
(lizenzierte Elterntrainerin)
in Kooperation mit der
Suchtberatungsstelle,
Rica Düde-Grandke

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)
oder www.sozialwerk.net

 **Projekt:**
FamLeuchtturm
gefördert durch die
Nordkirche,
Diakonisches Werk
Mecklenburg-
Vorpommern e.V.

 **montags**
27.02.2023
(8 Termine wöchentlich),
18.30 Uhr-20.00 Uhr

 **Familienzentrum**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

 **64,00 € p.P.**
für Paare: 99,00 €
(Ermäßigungen
bitte erfragen)

 alle Mütter, Väter,
Pflegeeltern

 **Referentinnen**
Rica Düde-Grandke*,
Kathleen Bertow
(lizenzierte
Elterntrainer)

 **mind. Teilnehmer**
8 Personen

 **Familienzentrum**
Malchin

nach Absprache 
(4 Termine) und
vorheriger
Anmeldung

35,00 € 
pro Person

Referentinnen 

Rica Düde-Grandke
(Dipl. Pädagogin u.
lizenzierte
Elterntrainerin),
Andra Kabisch
(Dipl. Sozialpädagogin)

Anmeldung 

Kathleen Bertow
(0176 – 57726119)
oder www.sozialwerk.net

Familienzentrum 
Malchin

Online-Kurs

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

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

am **14./15.01.2023**, 
25./26.03.2023,
10./11.06.2023,
jeweils
10.00 – 13.00 Uhr
(Crashkurs)

Demminer Str. 18, 
Dargun

75,00 € pro 
Paar/Schwangere

werdende Eltern 

Saskia Schwarz 
(Sozialpädagogin, B.A.)

Anmeldung 
saskia.schwarz@sozialwerk.net

BellyBasics® Kurs

Der Babybauch wächst und mit ihm die Vorfreude. Mit Sicherheit stellt ihr euch nun viele Fragen, auf die wir in dem bindungsorientierten Elternvorbereitungskurs BellyBasics® eingehen wollen. Ihr lernt andere werdende Eltern kennen, tauscht euch aus und bekommt Informationen zu Themen wie Tragen, Milch, Schlaf, Kommunikation, Wochenbett, Geburtspläne, Affirmationen, Kliniktasche, Erstausrüstung und Rebozo-Techniken. Ergänzend zur Geburtsvorbereitung mit eurer Hebamme bietet dieser Kurs die Möglichkeit, sich in einer entspannten Atmosphäre auf das Elternsein vorzubereiten, damit nachher niemand sagt: „Hätte ich das mal vorher gewusst“. BellyBasics®- Der Kurs für die Schwangerschaft, eine selbstbestimmte Geburt, ein entspanntes Wochenbett und eine glückliche Babyzeit.



Schwangerenfrühstück

Zu einem leckeren Frühstück laden wir alle Schwangeren ins Familienzentrum ein. Triff andere Schwangere 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..



 **Freitag,**
24.02.2023,
09.00 – 10.30 Uhr

 **Familienzentrum,**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
Malchin

 **5,00 € pro Person**

 Schwangere

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)

Trageworkshop

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.



 **21.03.2023,**
09.30 – 11.30 Uhr

 **Familienzentrum**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

 **15,00 Euro**
pro Person

 (werdende) Eltern

 **Referentin**
Johanna Otte
(Trageberaterin)

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)
oder www.sozialwerk.net

Die Milch macht's ein Stillvorbereitungsworkshop

In diesem Workshop erfährst du alles, was du über das Stillen wissen musst. Welche Vorteile bietet das Stillen? Was trägt zu einem gelungenen Start in die Stillbeziehung bei? Was sollte ich über Formular Nahrung wissen? Und welche vermeintlichen Fakten erweisen sich als Ammenmärchen, Stillmythen oder veraltetes Wissen? Lasst uns gemeinsam dieses spannende Thema ergründen, damit du gut informiert bist, wenn dein kleiner Schatz zur Welt kommt!



 **31.03.2023,**
15.30 – 17.30 Uhr

 **Familienzentrum**
Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

 **15,00 Euro**
pro Person

 (werdende) Eltern

 **Referentin**
Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin B.A)

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)
oder www.sozialwerk.net

Schwangerenyoga

dienstags, 🕒
17:30-18.30 Uhr
(5 Einheiten)

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

80,00 € 💶
für 5 Einheiten,

werdende Mütter ?

Referentin 👤
Maria Schumacher
(ausgebildete Doula
Geburtsbegleiterin
und Frauenmentorin
sowie Yoga- und
Meditationskursleiterin)

Anmeldung 📞
Maria Schumacher
(0173- 64 19 547)

Yoga für deine Babybauchzeit! „Mom To Be!“ Finde Gelassenheit, Ruhe und Verbundenheit zu dir selbst und zu deinem Baby. Deine körperliche und seelische Gesundheit ist essentiell für dich, gerade in der Schwangerschaft, denn es ist der Zeitraum der großen Gefühle und Emotionen. Es ist wichtig, dass du diese absolut weibliche Zeit, in vollen Zügen genießt und deinen Körper bewusst wahrnimmst. Yoga hilft dir dabei, eine kleine Auszeit zu schaffen, Abstand vom Alltag zu bekommen und dient als mentale und positive Geburtsvorbereitung. Deine Auszeit bei mir, wird eine Kombination aus Yoga, Meditation, Atemübungen und offener Frauenkreis sein. Du kannst mit anderen schwangeren Frauen in den offenen Austausch gehen und ich stehe dir auch als Doula während dieser 5 Einheiten zur Seite. Du brauchst keine Yoga-Erfahrung und der Kurs ist Krankenkassen bezuschusst.



5. Elternseminare

ein Samstag im 🕒
März 2023

Demminer Str. 18, 📍
Dargun

15,00 € 💶

Eltern ?

Referent 👤
Philipp Hagemann
(Notfallsanitäter
beim DRK)

Anmeldung 📞
Kathleen Bertow
(0176-57726119)

Projekt: !
„Familienbildung
nah dran“

Unfallverhütung und 1. Hilfe am Baby/Kleinkind

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.



Online-Seminar: Vorbereitung aufs Geschwisterkind

Ein neues Familienmitglied stellt das Familiengefüge auf den Kopf – alles ordnet sich neu und es dauert ein Weilchen, bis jeder wieder seinen Platz gefunden hat. Das trifft natürlich auf Geschwisterkinder besonders zu – behutsame und altersgerechte Vorbereitung kann helfen, die Umstellung auf die neue Situation für das Geschwisterkind zu erleichtern. Wie kann ich mein großes Kind bestmöglich begleiten?

Was erwartet uns?

- Signale des großen Kindes richtig deuten / Hilferufe beachten
- Das Band zwischen den Geschwistern knüpfen und stärken

Energiesparen zu Hause kleine Tipps mit großer Wirkung

An diesem Abend soll es darum gehen, wie es möglich ist in der Wohnung oder im Haus ohne großen Aufwand die Kosten für den eigenen Energieverbrauch zu reduzieren. Wo schlummern Einsparpotenziale und welche Maßnahmen bringen tatsächlich etwas? In dem Vortrag erfahren die Teilnehmer wie man den geringen Investitionen eigenen Energieverbrauch senken kann. Welche Maßnahmen zur Reduzierung des Strom-, Warmwasser- und Heizungsverbrauchs sinnvoll sind Und wie man bereits durch bewusstes Verhalten Energiesparen kann.



Unfallverhütung und 1. Hilfe am Baby/Kleinkind

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

 **Montag,**
23.01.2023;
20.00 – 21.00 Uhr

 **Online**
via webex

 6,00 Euro p.P.

 Zielgruppe: Eltern,
die schon ein
oder mehrere Kinder
haben und ein
weiteres Kind erwarten

 **Referentin**
Kathleen Bertow
(Dipl.Sozialpädagogin)

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)
(den Zugangs-Link erhaltet
ihr nach Anmeldung)

 **28.02.2023**
17.30- 19.00 Uhr

 **Rudolf-Fritz-Str. 1a,**
Malchin

 **kostenfrei**

 Eltern und
Interessierte

 **Referent**
Hartmut Krien
(Verbraucherzentrale
MV)

 **Anmeldung**
Kathleen Bertow
(0176-57726119)

 **Projekt:**
FamLeuchtturm
gefördert durch die
Nordkirche,
Diakonisches Werk
Mecklenburg-
Vorpommern e.V.

 **April 2023**

 **Rudolf-Fritz-Str. 1a,**
Malchin

 15,00 €

 Eltern

 **Referent**
Philipp Hagemann
(Notfallsanitäter
beim DRK)

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Freitag, 🕒

16.06.2023

Familienzentrum 📍

Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

10,00 € 💰

Ermäßigungen
bitte erfragen

Eltern von Kita-
und Hortkindern ?

Referentin 👤

Sandra Reppe
(Verbraucherzentrale
MV)

Anmeldung 📞

Kathleen Bertow
0176-57726119

Projekt !

FamLeuchtturm
gefördert durch
die Nordkirche,
Diakonisches
Werk
Mecklenburg-
Vorpommern e.V.

Elterntreff: Was Kinder brauchen gesund Aufwachsen mit Essen und Trinken

Kinder sind kaufkräftige Kunden von heute und morgen. Das wissen auch die Werbe- und Marketingexperten. Das Angebot von Lebensmitteln speziell für Kinder, so genannten Kinderlebensmitteln, hat sich in den letzten Jahren vervielfacht. Die bunten Verpackungen, Aufkleber und Sammelfiguren machen die Lebensmittel für Kinder interessant. Eltern werden mit der „Extra-Portion Gesundheit“ zum Kauf der vermeintlich gesunden Kost verleitet. Und sie haben es nicht leicht, hier 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. Mithilfe der Ernährungspyramide wird aufgezeigt, was wirklich wichtig ist für eine ausgewogene Kinderernährung und wie man diese praktisch umsetzen kann.

Mittwoch, 🕒

18.01.2023

10.00 – 12.00 Uhr

Demminer Str. 18, 📍

Dargun

15,00 € 💰



Referentin 👤

Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin B.A.)

Anmeldung 📞

saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Kinderkrankheiten natürlich lindern

Kaum steht der Herbst vor der Tür, läuft die Nase und kratzt der Hals. Nicht immer muss sofort zur Schulmedizin gegriffen werden. Verschiedene Hausmittel können die Beschwerden lindern oder unterstützend zu Medikamenten eingesetzt werden. Wie kann ich die Heilung mit Zwiebel, Meersalz, Traubenzucker, Fenchelsamen, Kümmelsamen oder Kamillenblüten unterstützen? Und wie können Wickel, Auflagen und Massagen helfen? Auch ein kleiner Einblick in die Homöopathie und Schüssler Salze sind Inhalt dieses Workshops. Lasst uns gemeinsam Hausmittel kennenlernen, um besser durch die kalte Jahreszeit zu kommen.

20.01.2023 🕒

und weitere
monatliche Treffen
ab 19.00 Uhr

Familienzentrum 📍

Rudolf-Fritz-Straße 1a,
17139 Malchin

15,00 € 💰

pro Person

alle Interessierten,
auch Anfänger
sind Willkommen ?

Kursleiterin 👤

Kerstin Nötzel

Anmeldung 📞

(0157 30042107)

**Familienzentrum
Malchin** !

Nähabend

Herzlich eingeladen sind alle Näh-Interessierten, egal ob Anfänger oder fortgeschritten. Gerne wollen wir mit euch zusammen kleine Utensilos oder auch kleine Kosmetiktäschchen nähen. In gemütlicher Runde kann man sich über Tipps und Tricks austauschen oder sich einfach nur an der Nähmaschine ausprobieren. Nähmaschinen und Stoffe sind vorhanden. Wir freuen uns auf euch.



Beikoststart- Der stressfreie Weg

Ab wann sollte mein Baby Beikost bekommen? Was sind Beikostreifezeichen? Was kann ich meinem Baby anbieten? Wie ersetzt man Mahlzeiten und ist das überhaupt sinnvoll? Fragen über Fragen! Welche Vorteile der Familientisch für dich und dein Baby hat und was es mit dem großen Angebot an Brei und Gläschen auf sich hat, das erfahrt ihr in diesem Workshop. Alles zum Thema bedürfnisorientierte Beikosteinführung und Baby Led Weaning einfach zusammengefasst. Denn Beikost ist keine Raketenwissenschaft!



 **Montag,**
den 15.03.2023,
10.00 – 12.00 Uhr

 **Demminer Str. 18,**
Dargun

 **15,00 Euro**
pro Person



 Eltern/
werdende Eltern

 **Referentin**
Saskia Schwarz
(Sozialpädagogin B.A.)

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Achtsamkeit im Familienleben

Zuhören, bestärken, füreinander da sein, Freiraum geben, gemeinsame Erlebnisse, Rituale schaffen. Es ist immer schwerer im Familienalltag achtsam zu sein. Gerade steckt die Welt in großen globalen Veränderungen, Transformation auf allen Ebenen. Ständig neue Bilder und Nachrichten, bei denen Ängste einen großen Raum einnehmen. Familien sind gefühlt ständig unter Strom, ständiger Input, vor allem auch für die Kinder, denn sie spiegeln unsere Gefühle oft mit ihrem Verhalten. Es ist wichtig, dass Eltern lernen, auf ihre Erschöpfung, Hilflosigkeit und Wut einzugehen und zu achten, denn so zeigen sie auch ihren Kindern, wie es richtig geht. Wie können Eltern es schaffen, wieder mehr Achtsamkeit ins Familienleben zu integrieren? Ich möchte Methoden und Anregungen vorstellen, wie wieder mehr Ruhe in den Familienalltag kommt.

 **Freitag,**
den 10.03.2022,
16.00-18.00 Uhr

 **Demminer Str. 18,**
Dargun

 **15,00 €**

 Eltern

 **Referentin**
Maria Schumacher

 **Anmeldung**
saskia.schwarz@
sozialwerk.net

 **Projekt**
„Familienbildung
nah dran“

Frauenkreis

Lasst uns eine gemeinsame Auszeit nutzen-Liebe Mamas, egal wo ihr gerade in eurem Leben steht, lasst uns zusammenkommen, um uns auszutauschen, zu stärken, Erfahrungen und Wissen zu teilen und unsere Weiblichkeit zu feiern. Es soll eine Verbindung sein, in der wir uns vorurteilslos und wertfrei auf Augenhöhe begegnen. Für wen ist der Frauenkreis das Richtige?

Für jede Mama die neugierig ist, sich selbst und andere Frauen kennenzulernen und die Möglichkeit nutzen möchte, auch ihren Emotionen zu begegnen. Für eine Mama die sich auch Mal bewusst in den Mittelpunkt stellen will.

 **Donnerstag,**
02.02.2023
18:00-20.00 Uhr,
weitere Termine
folgen

 **Demminer Str. 18,**
Dargun

 **10,00 €**

 Mütter

 **Leitung**
Maria Schumacher

 **Anmeldung**
(0173- 64 19 547)

Mittwoch, 

10.05.2023,

10.00 – 12.00 Uhr

Demminer Str. 18, 
Dargun

15,00 Euro 

Referentin 

Lisa Weber
(Krankenschwester)

Anmeldung 

saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Freitag, 

30.06.2023,

15.30 – 17.30 Uhr

Demminer Str. 18, 
Dargun

15,00 € 

Eltern 

Referentin 

Saskia Schwarz

Anmeldung 

saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Projekt 

„Familienbildung
nah dran“

Freitag, 

12.05.2023,

15.30 – 17.30 Uhr

Demminer Str. 18, 
Dargun

15,00 € 

Eltern 

Leitung 

Saskia Schwarz

Anmeldung 

saskia.schwarz@
sozialwerk.net

Projekt 

„Familienbildung
nah dran“

Ätherische Öle im Familienalltag

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.

Stressfrei essen am Familientisch

Das gemeinsame Essen ist oft etwas, worauf sich alle freuen. Zumindest an den meisten Tagen. Bei anderen aber entsteht schon beim Gedanken daran Stress. Das muss so nicht sein! Wir besprechen wie Entspannung, Zufriedenheit und Freude zu Tisch einkehren. Du erhältst einen Überblick über die Ernährung von Kleinkindern sowie Tipps und Tricks für entspannte Mahlzeiten mit Kindern nach dem ersten Geburtstag.

Gelassen durch die Kleinkindzeit

Dein Baby ist inzwischen zum Kleinkind herangewachsen und die Themen, die euch beschäftigen ändern sich allmählich. Was hat es mit der Autonomiephase auf sich? Wie schlafen eigentlich Kleinkinder? Wie kann ich die Gefühle meines Kindes begleiten und muss ich jetzt eigentlich anfangen mit Lob und Strafe zu erziehen? Muss mein Kind jetzt nicht Bitte, Danke und Entschuldigung sagen? Und wie gehe ich damit um, wenn mein Kind ein wählerischer Esser ist? Und dann gibt es da neben meinem Kind ja auch noch mich mit den Themen Selbstfürsorge und Mental Load sowie unsere Partnerschaft, in der wir natürlich nicht nur Eltern sondern auch ein Liebespaar sind. Wir sprechen in diesem Workshop über diese großen Themen und geben Strategien an die Hand mit ihnen umzugehen.

6. 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.

7. Gesundheitsprävention

Kinder-Teenies-Turnen beim TSV Malchin

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.



-  **mittwochs,**
16:00 - 17:00 Uhr
-  **Turnhalle**
„Grundschule
Pestalozzi“
-  **Mitgliedschaft**
beim TSV Malchin
für 48 Euro im Jahr
-  **?** Kinder von 3
bis 6 Jahren
-  **Leitung**
Anja Geschwandtner
-  **Anmeldung**
Anja Geschwandtner
0176/ 24611272
oder anja.winkelmann
1@gmail.com

Kindersportgruppe Neukalen

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.



-  **donnerstags,**
16:00 - 18:00 Uhr
-  **Turnhalle**
Schulstraße
Neukalen
-  **Mitgliedschaft**
im TuS Neukalen
für 40 Euro pro Jahr
-  **?** Kinder im Alter von
3-6 Jahre
(16:00 – 17:00 Uhr)
Kinder ab der
Grundschule
(17:00 – 18:00 Uhr)
-  **Leitung**
Manuela Streibel
0152 32734464

Kinderyoga

In diesem Kurs lernt Ihr Kind, seine Superkraft zu aktivieren. Sie wird wachgekitzelt. Superkraft??? Ja, nämlich Achtsamkeit in Hinblick auf seine Emotionen, Gefühle und Bedürfnisse. Wut, Trauer, Angst, Freude- alle Gefühle gehören u uns und der moderne Alltag lässt diese, leider allzu oft in den Hintergrund rücken. Kinder sind oft zu vielen Einflüssen ausgesetzt. Der wachsende Leistungsdruck und eine Flut an Informationen, die täglich auf unsere Kinder einprasseln, erstickt ihre Fantasie. In diesem Yogakurs wird die Fantasie ein Hauptbestandteil sein. Ich darf Kind sein, voller Fantasie, wild und frei! Yoga ist keine Wunderpille und auch kein Turnunterricht. Ihr Kind wird viel mehr lernen, sich selbst zu erfahren und zu entdecken. Es bekommt ein Tool an die Hand, sich im Alltag selber Ruheinseln zu schaffen. Sein dürfen nicht müssen.

-  **dienstags,**
16.00 Uhr-16.45 Uhr
-  **Demminer Str. 18,**
Dargun
-  **20,00 Euro**
im Monat
-  **?** Kinder von
3-6 Jahre
-  **Leitung**
Maria Schumacher
-  **Anmeldung**
(0173- 64 19 547)

Weitere Angebote der Familienbildung veröffentlichen wir in der Tagespresse oder auf unserer Internetseite: www.sozialwerk.net

Mitarbeiterinnen im Familienzentrum



Ruth Dahms

Gemeindepädagogin
E-Mail: ruth.dahms@sozialwerk.net
Telefon: 03994-632514



Kathleen Bertow

Dipl. Sozialpädagogin (FH)
E-Mail: kathleen.bertow@sozialwerk.net
Telefon: 0176-57726119



Saskia Schwarz

Sozialpädagogin B.A.
E-Mail: saskia.schwarz@sozialwerk.net
Telefon: 0159-06755275

Familienbildung stärkt Erziehende und Kinder auf dem turbulenten Weg des Erwachsenwerdens.

In diesem Heft möchten wir die Angebote der Familienbildung von unterschiedlichen Trägern für die Regionen Malchin, Stavenhagen, Demmin und Treptower Tollensewinkel vorstellen.

Ein wichtiges Ziel unserer Arbeit ist es, Familien in ihrer wichtigen Aufgabe Kinder zu erziehen, zu begleiten und zu unterstützen. Dazu bieten wir regelmäßige Elternkurse und thematischen Bildungsveranstaltungen an. Hier haben Eltern die Möglichkeit, sich zu informieren, Neues zu lernen und auszuprobieren.

Kommen Sie vorbei! Wir freuen uns auf Sie!

In Kursen, Seminaren, Treffs bieten wir Ihnen die Möglichkeit

- zum Erfahrungsaustausch
- neues Wissen anzueignen
- theoretische und praktische Erfahrungen zu sammeln
- andere Menschen kennenzulernen

Sozialwerk der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde Malchin Teterow e.V. Familienzentrum

Das Familienzentrum mit den Projekten „Zentrum der Familienbildung“ und „Mobile Familienbildung“ wird gefördert durch Ministerium für Soziales, Integration und Gleichstellung MV
Projekt „Guter Start ins Leben“, gefördert im Rahmen der Bundesstiftung Frühe Hilfen