



Wir wünschen allen Familien
eine bunte und gemütliche
Herbstzeit!



Ihr Team der Frühen Hilfen im Familienzentrum Bad Schwartau

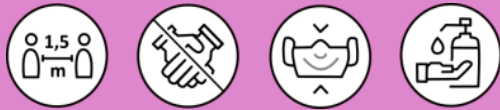
Ein Angebot der Kirchengemeinde Ratekau: Mental Load – zwischen Boreout und Burnout Über die Kunst den Familienalltag zu meistern, ohne wahnsinnig zu werden

am Donnerstag, 06. Oktober ab 18.30 Uhr

mit Sophie Nitzschke (Diplompsychologin) und Pastorin Smets im Gemeindehaus Ratekau

Unsere Angebote

Wir sind unter Einhaltung der geltenden Hygieneregeln weiterhin für Sie da!



allgemeine Beratung und Information

Mo - FR: 9:00 – 12:30

Mittwoch zusätzlich 13:00 – 15:00 Uhr

Bitte melden Sie sich vorher an: 0451-2929328

walk & talk

Sie benötigen Rat und ein offenes Ohr?

Wir gehen eine Runde spazieren und hören zu, was in Ihrer Familie gerade los ist.

Eltern-Cafés und Mini-Hopser Gruppen

Elterncafés für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr in Bad Schwartau, Ratekau und Stockelsdorf, Mini-Hopser Gruppe für Eltern mit Kindern von 1 - 2 Jahren in Bad Schwartau

Bei Interesse melden Sie sich bei uns!

Baby-Telefon

Beratung rund ums Kind mit Sabrina Greim, Familien-Gesundheits-Kinderkrankenschwester
Freitags von 8:00 bis 13:00 Uhr
unter 0177/8926079

Unterstützung

durch Familienhebammen, Familienhelferinnen

weitere Infos:

www.lebenshilfe-ostholstein.de
www.familienzentren-ostholstein.de

Mentale Belastung in der Mutterschaft ist zwar ein medial aufgeheiztes Thema; dennoch ist vielen Frauen nicht bewusst, was sie da tagtäglich leisten und wie sie trotz Familienalltag und nicht enden wollender To-do-Liste ihre eigenen Grenzen achten können. Frau Nitzschke möchte aufzeigen, wachrütteln und neue Wege gehen. Raus aus der Mental load Falle!

Anmeldung unter: info@praxiswunderfrage.de



Start: Interkulturelles Elterncafé in Sereetz

Am 24. Oktober starten wir mit einem weiteren Treffpunkt für Eltern mit Babys in der Ev. luth. Kirchengemeinde Sereetz, Ringstraße 25.

Hier können Eltern ganz zwanglos Kontakte knüpfen, sich über die Belange Ihres neuen Alltags austauschen oder bei einer Tasse Tee oder Kaffee einfach mal einen Moment entspannen.

Sabrina Greim, Familien-Gesundheits-Kinder-Krankenschwester begleitet das Elterncafé und beantwortet Fragen zum Thema: Gesundes Aufwachsen von Kindern.

Das Angebot ist kostenfrei



Bild von M. A. Zimmer auf Pixabay



„Wir freuen uns auf alle Eltern mit Babys im neuen Elterncafé Sereetz!“

Von links: Sabrina Greim, FGKiKP, Elke Herrmann, Koordinatorin Frühe Hilfen



Familienzentrum Bad Schwartau: Eutiner Straße 10, Tel. 0451 – 29 29 328

Außenstelle/Familienzentrum Ratekau: Rosenstraße 3, Tel. 04504 – 70 88 87 26

Außenstelle/Stockelsdorf Gemeindehaus: Lohstraße 146, im Aufbau

familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de

Familienzentrum Bad Schwartau

Newsletter



Die kindliche Sprachentwicklung begleiten Freitag, 28. Oktober 9:30 bis 11 Uhr im Rahmen des interkulturellen Elterncafés Ratekau mit Sarah Palmer, Logopädin

Die Sprachentwicklung von Kleinkindern ist sehr individuell. Das eine Kind plappert schon sehr früh ganze Sätze, während andere auch später eher wenige Worte von sich geben und diese vielleicht auch noch schwer verständlich sind. Frau Palmer möchte Eltern von Babys und Kleinkindern darüber informieren, wie sie die Sprachentwicklung Ihrer Kinder altersgerecht begleiten können.

Schlafcoaching Mittwoch, 02. November 9:30 bis 11 Uhr im Rahmen des interkulturellen Elterncafés Ratekau mit Antje Voigt, zertifizierter Schlafcoach für Säuglinge & Kleinkinder, Krankenschwester und Kinderphysiotherapeutin

Schlafprobleme bei Säuglingen und Kleinkindern sind vielen Familien bekannt. Langandauernde und aufwändige Einschlafhilfen, schlaflose Nächte und unzufriedene Babys lassen viele Eltern an ihre Grenzen kommen. Der Ansatz des Schlafcoachings hilft Eltern durch ritualisierte Abläufe die Einschlafsituation zu verbessern.



Bild von Clker-Free-Vector-Images auf Pixabay

„Kleines Lichterfest“ für Alleinerziehende mit Kindern bis 8 Jahren Freitag, 04. November 16 bis 18 Uhr im Garten des Familienzentrums Bad Schwartau und im Anschluss mit einer Laternen-Runde um den Kurpark-See

In gemütlicher Runde möchten wir mit den größeren Kindern Laternenlichter basteln und es uns mit Punsch und kleinen Snacks draußen gemütlich machen. Die Kleinen können im Garten spielen und danach drehen wir mit den Leuchten eine Abschlussrunde im Kurpark. Gerne können auch eigene Laternen mitgebracht werden!

Online-Vortrag: „Der Wutzweg ist am Werk“ Donnerstag, 17. November 20 bis 21.30 Uhr mit Thomas Rupp

In diesem Online-Vortrag über Zoom werden die unterschiedlichen Sichtweisen zwischen Eltern und Kindern auf sehr humorvolle Art dargestellt. Erst, wenn Eltern das Verhalten der Kinder besser verstehen, wissen sie, wie sie clever reagieren und geschickte Bewältigungsstrategien entwickeln können.

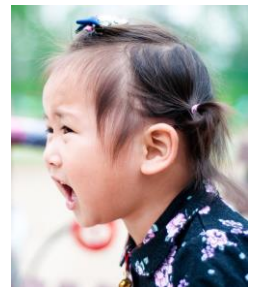


Bild von 帆张 auf Pixabay



Ein Angebot der Beratung und Information für Frauen Lübeck e.V.

Vortrag - Trennung, Scheidung, was nun?

Donnerstag, 24. November 19 Uhr, BIFF, Holstenstraße 37-41 (Eingang An der Obertrave), Lübeck mit Susann Barge-Marxen, Fachanwältin für Familienrecht

Frau Barge-Marxen gibt einen Überblick über die relevanten Fragen bei Trennung und Scheidung. Er beinhaltet auch das Thema Unterhalts- und Sorgerecht. Es besteht die Möglichkeit Fragen zu stellen. Die Veranstaltung ist kostenfrei, um eine Spende wird gebeten. Interessierte Frauen sind herzlich willkommen.

Anmeldung unter 0451/7060202 oder info@biff-luebeck.de

Soweit nicht anders angegeben, ist eine Anmeldung erforderlich unter:

Tel: 0451/2929328 oder familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de

Melden Sie sich auch gerne bei Fragen und Anregungen!



Familienzentrum Bad Schwartau: Eutiner Straße 10, Tel. 0451 – 29 29 328

Außenstelle/Familienzentrum Ratekau: Rosenstraße 3, Tel. 04504 – 70 88 87 26

Außenstelle/Stockelsdorf Gemeindehaus: Lohstraße 146, Tel. 0451 – 29 29 328

familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de